

Ementa 3

		2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Berçário	Almoço	Sopa: Sopa Energética (Sopa de Nabiça c/Borrego)	Das Cores (Juliana c/ pescada)	Verdocas (Sopa de Alface c/Frango)	Laranjinha (Sopa de cenoura c/ Tintureira)	Do Hulk (Sopa de Courgette c/ Coelho)
		Fruta: Maçã Cozida	Banana	Pêra Cozida	Maçã Cozida	Banana
Creche e Jardim de Infância	Almoço	Sopa: Sopa Energética (Feijão c/ Nabiça)	Da Árvore Encantada (sopa de Brócolos)	Verdocas (Sopa de alface)	Laranjinha (Creme de Cenoura)	Do Hulk (sopa de Courgette)
		Prato: O Bambi (Bifinhos de Perú grelhados c/Massa salteada e Salada)	Frozen (Alho Francês á Brás c/ Salada de Cenoura ralada)	Pular e Cerca (Jardineira de Frango)	Oceano Profundo (Arroz de Bacalhau c/Brócolos)	O Shrek (bifinhos de porco c/ cogumelos c/ puré e legumes)
Lanches	Sobremesa:	Pêra	Banana	Maçã	Laranja	
	1º	Leite M/G Pãozinho c/fiambre	Iogurte de aroma M/G Pãozinho c/ manteiga	Chá de frutos Torradas	Cereais CornFlakes	Iogurte de Aroma M/G Pãozinho c/ Manteiga
	2º(18h)	Bolacha Maria	Pêra	Iogurte de aroma M/G	Maçã	Bolacha Maria

Notas: Esta ementa poderá sofrer alterações por motivos imprevistos.

Este Centro dispõe informação relativa à presença de alergénios nos pratos confeccionados.

Elaborado por:
Dietista Martina Ribeiro
Membro da Ordem dos Nutricionistas nº2065D