

Ementa 4

		2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	
Berçário	Almoço	Sopa: (Sopa de Courgette c/ Perú)	Do Hulk (Sopa de Courgette c/ Perú)	Das Cores (Juliana c/ pescada)	Do Poppey (Sopa de Espinafres c/Frango)	Laranjinha (Sopa de cenoura c/ Tintureira)	Flocos de Neve (Sopa de Couve Flor c/ vitela)
	Fruta:	Maçã Cozida	Banana	Pêra Cozida	Maçã Cozida	Banana	
Creche e Jardim de Infância	Almoço	Sopa: (sopa de Couve Lombarda)	Do Hulk (sopa de Couve Lombarda)	Das Cores (sopa de Juliana)	Poppey Energético (Sopa de Grão c/ Espinafres)	Laranjinha (Creme de Cenoura)	Flocos de Neve (Sopa de Couve-Flor)
	Prato:	Chovem Almôndegas (Almôndegas estufadas c/ esparguete e Cenoura)	Peixinho Dourado (Pescadinha Frita c/ Arroz de Feijão e Salada)	Pular e Cerca (Coxas de frango no Forno c/ puré de batata)	A Idade do Gelo (Peixe à Gomes Sá c/Cenoura Cozida)	Miss Piggy (Lombo de Porco no forno c/ batata assada e Espinafres)	
	Sobremesa:	Maçã	Banana	Pêra	Laranja	Maçã	
	Lanches	1º	Leite M/G Pãozinho c/fiambre	logurte de aroma M/G Pãozinho c/ manteiga	Chá de Cidreira Pãozinho c/queijo	Cereais CornFlakes	logurte de Aroma M/G Pãozinho c/ Manteiga
	2º(18h)	Bolacha Maria	Pêra	logurte 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