



EMENTA PREVISTA
28 a 03 de Novembro de 2024
Normal e Dieta

	PEQ. ALMOÇO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
Seg, 28	1 Cháv. de leite 1 Pão com queijo creme Sopas de Pão	<i>Sopa</i> Creme de Cenoura <i>Prato</i> Cebolada de Bife de Frango com Arroz e Salada Mista <i>Sobremesa</i> Fruta da época	1 Chávena de leite 1 Pão fiambre	<i>Sopa</i> Alho Francês <i>Prato</i> Cavala Grelhada com Batata a murro e Salada Mista <i>Sobremesa</i> Fruta da época
Ter, 29	1 Cháv. de leite 1 Pão com Marmelada Nestum	<i>Sopa</i> Juliana <i>Prato</i> Red Fish no forno com Batata e Legumes <i>Sobremesa</i> Fruta da época	1 logurte 1 Pão torrado com Manteiga	<i>Sopa</i> Couve <i>Prato</i> Vitela Estufada com Massa e Salada Mista <i>Sobremesa</i> Fruta da época
Qua, 30	Papas de Aveia	<i>Sopa</i> Feijão Verde <i>Prato</i> Lombo Assado com Arroz de Cenoura e Salada Mista <i>Sobremesa</i> Fruta da época	1 Chávena Chá Bolo	<i>Sopa</i> Legumes <i>Prato</i> Caldeirada de Raia <i>Sobremesa</i> Banana
Qui, 31	1 cháv. de leite 1 Pão com chocolate Sopas de pão	<i>Sopa</i> Creme de cenoura com beterraba <i>Prato</i> Esparguete à Bolonhesa com Salada Mista <i>Sobremesa</i> Mousse de Chocolate ou Fruta da época	1 Chávena de Leite com Chocolate 1 Pão torrado com Manteiga	<i>Sopa</i> Espinafres <i>Prato</i> Omelete de Frango com Couscous de Legumes <i>Sobremesa</i> Fruta da época
Sex, 01	1 cháv. de leite 1 pão com fiambre Leite com Bolacha Maria	<i>Sopa</i> Feijão Vermelho <i>Prato</i> Paloco à Brás com Salada Mista <i>Sobremesa</i> Fruta da época	1 logurte 1 pão com Queijo	<i>Sopa</i> Ervilhas <i>Prato</i> Frango Assado com Arroz e Salada Mista <i>Sobremesa</i> Fruta da época
Sab, 02	1 cháv. de leite Cereais	<i>Sopa</i> Cenoura <i>Prato</i> Macarronete de Suino com Salada Mista <i>Sobremesa</i> Fruta da época	1 Chávena de leite 1 pão com chocolate	<i>Sopa</i> Juliana <i>Prato</i> Sardinha Grelhada com Batata e Salada Mista <i>Sobremesa</i> Fruta da época
Dom, 03	1 cháv. de leite 1 pão com doce Leite com Bolacha Maria	<i>Sopa</i> Couve-Coração <i>Prato</i> Entrecosto Grelhado com Arroz e Salada Mista <i>Sobremesa</i> Sobremesa	1 logurte 1 Pão com queijo creme	<i>Sopa</i> Legumes <i>Prato</i> Peixe cozido com Batata e Brócolos <i>Sobremesa</i> Fruta da época

A ementa pode ser alterada sem aviso prévio.

De acordo com o Reg (EU) nº1169/2011 existem 14 alérgenos que podem estar presentes nos alimentos que consumimos. Se tem alergia alimentar a algum destes 14 elementos, por favor contacte a nutricionista.

