

EMENTA PREVISTA

11 a 17 de Novembro de 2024

Normal e Dieta

	PEQ. ALMOÇO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
Seg, 11	1 Cháv. de leite 1 Pão com queijo creme Sopas de Pão	<i>Sopa</i> Creme de alho francês <i>Prato</i> Esparguete à Bolonhesa e Salada <i>Sobremesa</i> Fruta da época	1 Chávena de leite 1 Pão fiambre	<i>Sopa</i> Legumes <i>Prato</i> Salmão Grelhado com Arroz de Legumes <i>Sobremesa</i> Fruta da época
Ter, 12	1 Cháv. de leite 1 Pão com Marmelada Nestum	<i>Sopa</i> Legumes <i>Prato</i> Salada Russa de Atum <i>Sobremesa</i> Futa da época	1 Iogurte 1 Pão torrado com Manteiga	<i>Sopa</i> Legumes <i>Prato</i> Macarronete de suino com Salada <i>Sobremesa</i> Fruta da época
Qua, 13	Papas de Aveia	<i>Sopa</i> Feijão verde <i>Prato</i> Pernas de Frango assadas com Arroz de cenoura e Salada Mista <i>Sobremesa</i> Fruta da época	1 Chávena Chá Bolo	<i>Sopa</i> Legumes <i>Prato</i> Peixe no forno em cama de cebola com Puré de Batata e Salada <i>Sobremesa</i> Fruta da época
Qui, 14	1 cháv. de leite 1 Pão com chocolate Sopas de pão	<i>Sopa</i> Brócolos <i>Prato</i> Caldeirada de Raia <i>Sobremesa</i> Fruta da época	1 Chávena de Leite com Chocolate 1 Pão torrado com Manteiga	<i>Sopa</i> Legumes <i>Prato</i> Bife Frango Grelhado com Arroz de Tomate e Salada <i>Sobremesa</i> Fruta da época
Sex, 15	1 cháv. de leite 1 pão com fiambre Leite com Bolacha Maria	<i>Sopa</i> Juliana <i>Prato</i> Pá Estufada com Massa e Cenoura com Salada Mista <i>Sobremesa</i> Fruta da época	1 Iogurte 1 pão com Queijo	<i>Sopa</i> Legumes <i>Prato</i> Abrótea cozida com batata e couve <i>Sobremesa</i> Fruta da época
Sab, 16	1 cháv. de leite Cereais	<i>Sopa</i> Ervilha com couve lombarda <i>Prato</i> Maruca Grelhada com Batata a Murro Salada <i>Sobremesa</i> Fruta da época	1 Chávena de leite 1 pão com chocolate	<i>Sopa</i> Legumes <i>Prato</i> Vitela com Massa e Salada Mista <i>Sobremesa</i> Fruta da época
Dom, 17	1 cháv. de leite 1 pão com doce Leite com Bolacha Maria	<i>Sopa</i> Espinafre <i>Prato</i> Queixadas estufadas com Arroz e Salada Mista <i>Sobremesa</i> Fruta da época	1 Iogurte 1 Pão com queijo creme	<i>Sopa</i> Legumes <i>Prato</i> Quiche <i>Sobremesa</i> Fruta da época

A ementa pode ser alterada sem aviso prévio.

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

