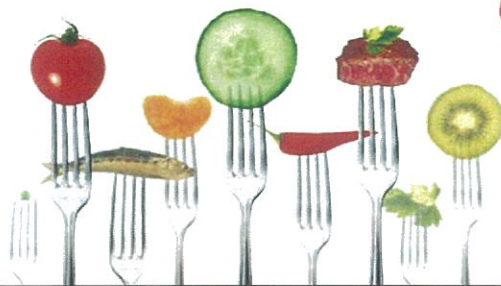


# EMENTA

## Berçário



Dia da Semana	Lanche (manhã)	Almoço		Lanche (tarde)
Segunda 8 janeiro	Leite e bolacha 1,3,5,7,8,11,12	Sopa Prato Sobremesa	<i>Courgette</i> com coelho Arroz com cenoura e coelho desfiado <sup>1,3*</sup> Maçã (papa)	Papa láctea de pera <sup>1,6,7</sup>
Terça 9 janeiro	Fruta cozida e bolacha 1,3,5,7,8,11,12	Sopa Prato Sobremesa	Couve-flor com maruca <sup>4</sup> /peru <sup>**</sup> Batata, couve-flor e maruca <sup>4*</sup> Pera (cozida)	Papa láctea de banana-laranja <sup>1,6,7</sup>
Quarta 10 janeiro	Leite e bolacha 1,3,5,7,8,11,12	Sopa Prato Sobremesa	Batata doce com frango Batata doce, cenoura e frango <sup>1,3*</sup> Banana	Fruta cozida com iogurte <sup>7</sup>
Quinta 11 janeiro	Fruta cozida e bolacha 1,3,5,7,8,11,12	Sopa Prato Sobremesa	Repolho com pescada <sup>4</sup> /coelho <sup>**</sup> Batata, repolho e pescada <sup>4*</sup> Maçã (cozida)	Papa láctea simples <sup>1,6,7</sup>
Sexta 12 janeiro	Leite e bolacha 1,3,5,7,8,11,12	Sopa Prato Sobremesa	Feijão-verde com peru Massa, feijão-verde e peru <sup>1,3*</sup> Pera (papa)	Fruta (maçã e pera) com bolacha maria <sup>1,3,5,7,8,11,12</sup>

**Nota:** Esta ementa poderá sofrer alterações por motivos de força maior

\* Prato de iniciação.

\*\* Quando a criança ainda não introduziu o pescado.

Ementa elaborada ao abrigo da circular n.º 3/DSEEAS/DGE/ 2013.

É disponibilizada a opção de dieta, para os clientes que necessitarem da mesma, por questões de saúde, mediante prescrição médica.

De acordo com o regulamento (EU) N.º1169/2011, prestamos informação relativa aos alergénios presentes na ementa. Os alimentos disponibilizados nesta ementa podem conter os seguintes alergénios, de acordo com a seguinte classificação:



- 1.Cereais que contém glúten; 2.Crustáceos; 3.Ovos; 4.Peixe; 5.Amendoim; 6.Soja; 7.Leite; 8.Frutos de casca rija; 9. Aipo; 10.Mostarda; 11. Sementes de sésamo; 12. Dióxido de enxofre ou sulfitos; 13.Tremoço; 14.Moluscos

Ementa elaborada por: \_\_\_\_\_

Rita Melo | Nutricionista - 3407N  
E-mail: rita.af.melo@gmail.com