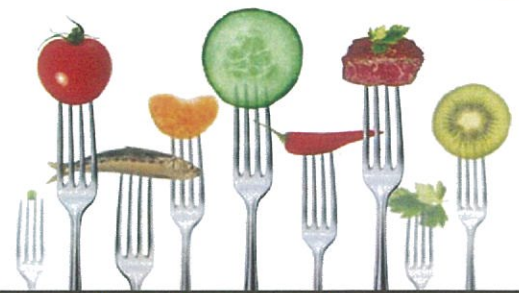


EMENTA

Creche (12 -36 meses)

Educação Pré-Escolar | CATL



Dia da Semana	Lanche (manhã)	Almoço	Lanche (tarde)	Reforço
Segunda 12 fevereiro	Leite e bolacha 1,3,5,7,8,11,12	Sopa Juliana (cenoura, alho-francês e repolho) Prato Frango estufado com massa da quinta e salada tricolor (milho, cenoura e ervilhas) ^{1,3,5,9} Sobremesa Fruta da época*	Pão de mistura com fiambre e leite ^{1,6,7}	Fruta e tostas 1,6,7,11
Terça 13 fevereiro	<h1>Carnaval</h1> 			
Quarta 14 fevereiro	Leite e pão ^{1,7}	Sopa Creme de ervilhas Prato Tintureira no forno com arroz de legumes ^{4,5,9,12} Sobremesa Fruta da época*	Pão de torrado com manteiga e néctar ^{1,7}	logurte e tosta ^{1,6,7,11}
Quinta 15 fevereiro	Fruta e bolacha 1,3,5,7,8,11,12	Sopa Espinafre Prato Bife de cebolada com batata e feijão-verde ^{5,9,12} Sobremesa Gelatina*	Leite com cereais ^{1,7}	Fruta e tosta ^{1,6,7,11}
Sexta 16 fevereiro	Leite e tosta ^{1,6,7,11}	Sopa Camponesa (feijão branco, feijão-verde e couve coração) Prato Abrótea no forno com arroz de cenoura e salada ^{4,5,9,12} Sobremesa Fruta da época*	Pão de mistura com queijo e fruta ^{1,6,7}	logurte e tosta ^{1,6,7,11}

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

*Fruta da época: Oferece-se no mínimo uma peça de fruta cítrica por semana.

**Prevê-se igualmente a oferta de fruta fresca em vez de gelatina

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

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

De acordo com o regulamento (EU) N.º1169/2011, prestamos informação relativa aos alérgenos presentes na ementa. Os alimentos disponibilizados nesta ementa podem conter os seguintes alérgenos, 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. Tremço; 14. Moluscos

Ementa elaborada por: 

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