



EMENTA

Berçário



Dia da Semana	Lanche (manhã)	Almoço		Lanche (tarde)
Segunda 1 abril	Leite e bolacha 1,3,5,7,8,11,12	Sopa Prato Sobremesa	Alho-francês com frango Batata e couve lombarda com frango* Maçã (Cozida)	Papa látea de maçã ^{1,6,7}
Terça 2 abril	Fruta cozida e bolacha 1,3,5,7,8,11,12	Sopa Prato Sobremesa	Abóbora com maruca ⁴ /coelho** Arroz de cenoura com maruca* Pera (cozida)	Papa látea de 5 frutos ^{1,6,7}
Quarta 3 abril	Leite e bolacha 1,3,5,7,8,11,12	Sopa Prato Sobremesa	Alface com peru Massa, feijão-verde e peru ^{1,3*} Banana	Fruta cozida com iogurte ⁷
Quinta 4 abril	Fruta cozida e bolacha 1,3,5,7,8,11,12	Sopa Prato Sobremesa	Couve lombarda com solha ⁴ /frango* Arroz de cenoura e solha ^{4*} Maçã (cozida)	Papa látea simples ^{1,6,7}
Sexta 5 abril	Leite e bolacha 1,3,5,7,8,11,12	Sopa Prato Sobremesa	Couve-flor com coelho Batata e couve-flor com coelho* Pera (cozida)	Fruta (maçã e pera) com bolacha maria ^{1,3,5,7,8,11,12}

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.Tremçoço; 14.Moluscos

Ementa elaborada por: _____

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