

EMENTA

Creche, Jardim de Infância e ATL



Semana 24 a 28 Agosto de 2020

Segunda-feira	
Sopa	Creme de couve lombarda
Prato	Tiras de frango salteadas com cogumelos, arroz de espinafres e salada de tomate
Dieta	Bife de frango grelhado com arroz de cenoura
Lanche	Leite simples (opção cevada) + Pão de mistura com queijo ^{1,7}

Terça-feira	
Sopa	Creme de penca e feijão manteiga
Prato	Centros de pescada estufados c/ corgete, alho francês, coração e batata cozida ^{4,7}
Dieta	Centros de pescada cozidos com batata e legumes ⁴
Lanche	logurte líquido + Pão de mistura com compota de fruta ^{1,7}

Quarta-feira	
Sopa	Creme de couve-flor e cenoura
Prato	Arroz de pato com salada (couve roxa, tomate, alface)
Dieta	Peru cozido com arroz e legumes
Lanche	Leite simples + flocos de cereais de milho ^{1,7}

Quinta-feira	
Sopa	Creme de feijão-verde
Prato	Massa de búzios com bacalhau com repolho/cenoura ripados ^{1,3,4,7}
Dieta	Lascas de bacalhau cozidas com massa e couve lombarda/cenoura ^{1,3,4}
Lanche	Pão de mistura com queijo + Fruta da época ^{1,3,7}

Sexta-feira	
Sopa	<div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> <div style="margin-right: 20px;">PIQUENIQUE</div> </div>
Prato	
Dieta	
Lanche	

Esta ementa poderá estar sujeita a alterações por motivos de abastecimento de produtos.

Nota: todas as refeições têm como sobremesa fruta fresca da época variada, excepto à quinta-feira onde poderá existir também a opção de gelatina.

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷ Leite, ⁸frutos de Casca Rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de Sésamo, ¹²Dióxido de Enxofre e Sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

A Nutricionista

Patrícia Martins

(Cédula Profissional N° 1151N)

