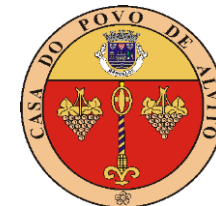




Ementa



Valências: **C.A.T.L. / Creche / Pré-Escolar**

Refeição: **Almoço**

Semana: **4 a 8 de março de 2024**

Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Sopa de alho francês	Sopa de cenoura	Sopa de lentilhas	Sopa de grão	Sopa de couve-lombarda
Prato Geral	Arroz de atum com Juliana de legumes ^{1,4}	Rancho (Massa, carne de vaca e porco, cenoura e grão ¹	Pescada assada com batata cozida e macedónia de legumes ⁴	Bife de frango grelhado com massa esparguete e salada de alface ¹	Pataniscas de bacalhau com arroz de feijão e coração ^{1,3,4}
Prato Dieta	Lombinhos de pescada assados ao natural com arroz de cenoura e juliana de legumes ^{1,4}	Carne de vaca estufada ao natural com massa, cenoura e grão ¹	Pescada assada com batata cozida e macedónia de legumes ⁴	Bife de frango grelhado com esparguete cozida e salada de alface ¹	Red-fish assado ao natural com arroz branco e coração ^{1,4}
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
Alterações (especificar/data/rubrica)					

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de Sésamo,

¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas.

Por motivos imprevistos esta ementa pode sofrer alterações.



Ementa

Valências: C.A.T.L. / Creche / Pré-Escolar

Refeição: Almoço

Semana: 11 a 15 de março de 2024



Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Sopa de lentilhas	Sopa de abóbora	Creme de cenoura	Sopa de feijão-verde	Sopa de feijão vermelho
Prato Geral	Feijoada à transmontana ¹	Tentáculos de pota com batata cozida, grão, ovo e molho verde ^{3,4}	Ovos mexidos no forno arroz, salada de alface ^{1,3}	Frango estufado com massa espirais e salada mista ¹	Bacalhau à Gomes de Sá ⁴
Prato Dieta	Carne de vaca estufada ao natural, coração e cenoura ¹	Tentáculos de pota com batata cozida, grão, ovo e molho verde ^{3,4}	Ovo cozido com arroz branco, salada de alface ^{1,3}	Frango cozido com massa branca, salada mista ¹	Bacalhau à Gomes de Sá ⁴
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
Alterações (especificar/data/rubrica)					

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de Sésamo,

¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas.

Por motivos imprevistos esta ementa pode sofrer alterações.

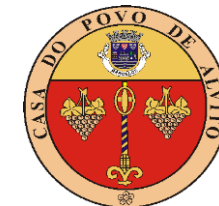


Ementa

Valências: C.A.T.L. / Creche / Pré-Escolar

Refeição: Almoço

Semana: 18 a 22 de março de 2024



Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Sopa de feijão branco	Sopa de couve flor	Sopa de curgete	Sopa de couve lombarda	Sopa de espinafres
Prato Geral	Jardineira (carne de vaca, batata, cenoura, ervilhas e feijão verde)	Arroz de peixe (pescada e tamboril) e juliana de legumes ^{1,4}	Bife de frango grelhado com massa espirais e salada mista ¹	Cubos de porco estufados com batata estufada e salada de alface	Bolonhesa de atum e salada de cenoura ^{1,4}
Prato Dieta	Carne de vaca estufada ao natural com batata cozida e macedónia de legumes	Lombinhos de pescada assados ao natural com arroz de cenoura e juliana de legumes ^{1,4}	Coxa de frango assada ao natural com massa e salada mista ¹	Cubos de porco estufados ao natural com batata cozida e salada de alface	Atum ao natural com massa branca e salada de cenoura ^{1,4}
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
Alterações (especificar/data/rubrica)					

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de Sésamo,

¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas.

Por motivos imprevistos esta ementa pode sofrer alterações.

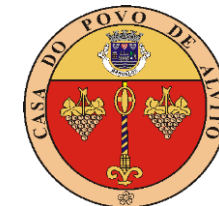


Ementa

Valências: **C.A.T.L. / Creche / Pré-Escolar**

Refeição: **Almoço**

Semana: **25 a 31 de março de 2024**



Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa	Sopa de couve coração	Sopa de feijão branco	Sopa de abóbora	Sopa de cenoura	Sopa de curgete
Prato Geral	Filetes no forno com salada russa (legumes, batata) ⁴	Arroz de carnes com macedónia legumes ¹	Petinga com arroz de feijão e coração ^{1,4}	Coxa de frango assada com massa espirais e salada de alface ¹	Bacalhau à Gomes de Sá com feijão verde salteado ⁴
Prato Dieta	Medalhões de pescada assados ao natural com salada russa (legumes, batata) ⁴	Carne vaca estufada ao natural, arroz branco, macedónia legumes ¹	Sardinha assada com batata cozida e coração ⁴	Coxa de frango cozida, massa cozida e salada de alface ¹	Bacalhau à Gomes de Sá com feijão verde salteado ⁴
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
Alterações (especificar/data/rubrica)					

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de Sésamo,

¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas.

Por motivos imprevistos esta ementa pode sofrer alterações.