



# Ementa



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

Refeição: **Almoço**

Semana: **de 01 a 05 de abril de 2019**

Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<b>Sopa</b>	<b>Sopa:</b> Sopa de cenoura e ervilha	<b>Sopa:</b> Sopa de couve-flor	<b>Sopa:</b> Sopa de hortalíça e feijão vermelho	<b>Sopa:</b> Sopa de couve coração	<b>Sopa:</b> Sopa de alho francês
<b>Prato Geral</b>	<b>Prato principal:</b> Pá de porco estufada com arroz solto de cenoura e hortalíça <sup>1</sup>	<b>Prato principal:</b> Raia estufada com batata cozida e legumes <sup>4</sup>	<b>Prato principal:</b> Lasanha de Carne de vaca com cenoura raspada <sup>1</sup>	<b>Prato principal:</b> Ovos mexidos, no forno, com fiambre e arroz primavera <sup>1,3</sup>	<b>Prato principal:</b> Abrótea estufada com salada russa (batata, cenoura e ervilha) <sup>4</sup>
<b>Prato Dieta</b>	<b>Prato dieta:</b> Pá de porco estufada com arroz branco de cenoura e hortalíça <sup>1</sup>	<b>Prato dieta:</b> Peixe cozido com batata cozida e legumes cozidos <sup>4</sup>	<b>Prato dieta:</b> Carne de vaca cozida com esparguete e cenoura raspada <sup>1</sup>	<b>Prato dieta:</b> Peixe cozido com arroz branco e legumes cozidos <sup>1,4</sup>	<b>Prato dieta:</b> Abrótea cozida com salada russa (batata, cenoura e ervilha) <sup>4</sup>
<b>Sobremesa</b>	<b>Sobremesa:</b> Laranja	<b>Sobremesa:</b> Maçã	<b>Sobremesa:</b> Banana	<b>Sobremesa:</b> Pêra	<b>Sobremesa:</b> Tangerina
<b>Alterações</b> (especificar/data/rubrica)					

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:

1-Cereais que contêm glúten, 2-Crustáceos e Moluscos, 3-Ovo, 4-Peixe, 5-Amendoim e frutos de casca rija, 6-Soja, 7-Leite, 8-Aipo, 9-Mostarda, 10-Dióxido de enxofre e sulfitos e 11-Tremoço.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.



# Ementa

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

Refeição: **Almoço**

Semana: **de 8 a 12 de abril de 2019**



Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<b>Sopa</b>	<b>Sopa:</b> Sopa de cenoura e ervilha	<b>Sopa:</b> Sopa de feijão verde	<b>Sopa:</b> Creme de legumes	<b>Sopa:</b> Sopa de feijão branco	<b>Sopa:</b> Sopa de brócolos
<b>Prato Geral</b>	<b>Prato principal:</b> Bolonhesa de atum com juliana de legumes <sup>4,1</sup>	<b>Prato principal:</b> Jardineira com arroz e salada de alface <sup>1</sup>	<b>Prato principal:</b> Petinga com arroz solto de tomate e hortaliça <sup>4,1</sup>	<b>Prato principal:</b> Bife de frango grelhado com esparguete e salada de alface <sup>1</sup>	<b>Prato principal:</b> Filete de pescada estufado com arroz primavera <sup>1,4</sup>
<b>Prato Dieta</b>	<b>Prato dieta:</b> Massa esparguete cozida com atum e legumes cozidos <sup>4,1</sup>	<b>Prato dieta:</b> Jardineira com arroz e salada de alface <sup>1</sup>	<b>Prato dieta:</b> Abrótea cozida com arroz branco e hortaliça cozida <sup>4,1</sup>	<b>Prato dieta:</b> Bife de frango grelhado com esparguete e salada de alface <sup>1</sup>	<b>Prato dieta:</b> Filete de pescada cozido com arroz branco e juliana de legumes <sup>4,1</sup>
<b>Sobremesa</b>	<b>Sobremesa:</b> Pêra	<b>Sobremesa:</b> Maçã	<b>Sobremesa:</b> Laranja	<b>Sobremesa:</b> Banana	<b>Sobremesa:</b> Tangerina
<b>Alterações</b> (especificar/data/rubrica)					<b>QUARESMA</b> (Jejum)

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:

1-Cereais que contêm glúten, 2-Crustáceos e Moluscos, 3-Ovo, 4-Peixe, 5-Amendoim e frutos de casca rija, 6-Soja, 7-Leite, 8-Aipo, 9-Mostarda, 10-Dióxido de enxofre e sulfitos e 11-Tremoço.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.



# Ementa

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

Refeição: **Almoço**

Semana: de 15 a 19 de abril de 2019



Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<b>Sopa</b>	Sopa: Creme de cenoura	Sopa: Sopa de brócolos	Sopa: Sopa de lentilhas	Sopa: Sopa de couve coração	
<b>Prato Geral</b>	Prato principal: Massa à lavrador com hortaliça <sup>1</sup>	Prato principal: Red fish com batata assada e brócolos <sup>1,4</sup>	Prato principal: Arroz de aves e salada de alface <sup>1</sup>	Prato principal: Bacalhau à Brás com Couve coração <sup>1,4</sup>	
<b>Prato Dieta</b>	Prato dieta: Carne de vaca cozida com macarrão cozido e hortaliça <sup>1</sup>	Prato dieta: Red fish cozido com batata cozida e brócolos <sup>4</sup>	Prato principal: Arroz de aves e salada de alface <sup>1</sup>	Prato dieta: Pescada cozida com batata cozida e couve coração <sup>1,4</sup>	ENCERRADOS
<b>Sobremesa</b>	Sobremesa: Kiwi	Sobremesa: Maçã	Sobremesa: Pêra	Sobremesa: Tangerina	
<b>Alterações</b> (especificar/data/rubrica)					Feriado (Sexta Feira Santa) 

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:

1-Cereais que contêm glúten, 2-Crustáceos e Moluscos, 3-Ovo, 4-Peixe, 5-Amendoim e frutos de casca rija, 6-Soja, 7-Leite, 8-Aipo, 9-Mostarda, 10-Dióxido de enxofre e sulfitos e 11-Tremoço.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.



# Ementa

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

Refeição: Almoço

Semana: de 22 a 26 de abril de 2019



Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<b>Sopa</b>		<b>Sopa:</b> Sopa de feijão branco	<b>Sopa:</b> Sopa de alho francês		<b>Sopa:</b> Creme de legumes
<b>Prato Geral</b>		<b>Prato principal:</b> Filete de pescada dourado com salada de batata com salada de tomate <sup>4</sup>	<b>Prato principal:</b> Costeletas grelhadas com arroz solto de feijão vermelho e hortaliça <sup>1</sup>		<b>Prato principal:</b> Red fish assado com batata cozida e hortaliça <sup>4</sup>
<b>Prato Dieta</b>	ENCERRADOS	<b>Prato dieta:</b> Filete de pescada grelhado com salada de batata com salada de tomate	<b>Prato dieta:</b> Costeletas cozidas com arroz branco, com feijão vermelho e hortaliça cozida <sup>1</sup>	ENCERRADOS	<b>Prato dieta:</b> Red fish cozido com batata cozida e hortaliça <sup>4</sup>
<b>Sobremesa</b>		<b>Sobremesa:</b> Pêra	<b>Sobremesa:</b> Laranja		<b>Sobremesa:</b> Maçã
<b>Alterações</b> (especificar/data/rubrica)	Segunda de Páscoa			Feriado 25 de Abril 	

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:

1-Cereais que contêm glúten, 2-Crustáceos e Moluscos, 3-Ovo, 4-Peixe, 5-Amendoim e frutos de casca rija, 6-Soja, 7-Leite, 8-Aipo, 9-Mostarda, 10-Dióxido de enxofre e sulfitos e 11-Tremoço.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.



# Ementa

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

Refeição: **Almoço**

Semana: de 29 de abril a 03 de maio de 2019



Almoço	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<b>Sopa</b>	<b>Sopa:</b> Sopa de couve coração	<b>Sopa:</b> Sopa à lavrador		<b>Sopa:</b> Creme de cenoura	
<b>Prato Geral</b>	<b>Prato principal:</b> Massa à bolonhesa com brócolos <sup>1</sup>	<b>Prato principal:</b> Pescada assada com batata assada e feijão verde <sup>1</sup>		<b>Prato Principal:</b> Bife de frango grelhado com arroz de feijão e salada de alface	
<b>Prato Dieta</b>	<b>Prato dieta:</b> Carne de vaca cozida com esparguete e brócolos <sup>1</sup>	<b>Prato dieta:</b> Pescada grelhada com batata cozida e feijão verde <sup>1</sup>	ENCERRADOS	<b>Prato dieta:</b> Bife de frango grelhado com arroz de feijão e salada de alface	ENCERRADOS
<b>Sobremesa</b>	<b>Sobremesa:</b> Maçã	<b>Sobremesa:</b> Banana		<b>Sobremesa:</b> Pêra	
<b>Alterações</b> (especificar/data/rubrica)			Dia do trabalhador		Feriado Municipal

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:

1-Cereais que contêm glúten, 2-Crustáceos e Moluscos, 3-Ovo, 4-Peixe, 5-Amendoim e frutos de casca rija, 6-Soja, 7-Leite, 8-Aipo, 9-Mostarda, 10-Dióxido de enxofre e sulfitos e 11-Tremoço.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.