

# Ementa Creche



## ALMOÇO e LANCHE

Ementa de 22 a 26-11-2021

<b>2ª Feira</b>		<b>22/11/2021</b>
<b>Sopa</b>	Canja de Galinha / de legumes com galinha	
<b>Prato</b>	Bifinhos de frango com arroz; Salada	
<b>Sobremesa</b>	Fruta	
<b>Lanche</b>	iogurte / iogurte com fruta	
<b>3ª Feira</b>		<b>23/11/2021</b>
<b>Sopa</b>	de Espinafres/ com peixe	
<b>Prato</b>	Empadão de peixe c) d)	
<b>Sobremesa</b>	Fruta	
<b>Lanche</b>	papa / leite com cereais	
<b>4ª Feira</b>		<b>24/11/2021</b>
<b>Sopa</b>	de Alho Francês com vitela	
<b>Prato</b>	Vitela assada no forno com batata loura; legumes	
<b>Sobremesa</b>	Fruta	
<b>Lanche</b>	iogurte / iogurte com fruta	
<b>5ª Feira</b>		<b>25/11/2021</b>
<b>Sopa</b>	Creme de Cenoura e courgete / com peixe	
<b>Prato</b>	Bolonesa de pescada a) d) ; Salada	
<b>Sobremesa</b>	Fruta	
<b>Lanche</b>	papa / leite com cereais	
<b>6ª Feira</b>		<b>27/11/2020</b>
<b>Sopa</b>	de Couve Flor / com vitela	
<b>Prato</b>	Estufado de vitela com massa penne	
<b>Sobremesa</b>	Fruta	
<b>Lanche</b>	iogurte / iogurte com fruta	

A ementa pode vir a ser alterada

Nota: A ementa pode ser alterada

### Informação relativa aos alérgenos

- |                       |                         |
|-----------------------|-------------------------|
| a) Cereais com glúten | g) Leite                |
| b) Crustáceos         | h) Frutos de Casca Rija |
| c) Ovos               | i) Aipo                 |
| d)- Peixe             | j) Mostarda             |
| e)- Amendoins         | k) Sementes de sésamo   |

f) Soja