



ALMOÇO e Lanche

Semana de 19-09-2022 a 23-09-2022

2ª Feira		19/09/2022
Sopa	Canja de galinha com letras a) / Sopa de Legumes com Galinha	
Prato	Arroz de aves no forno; Salada	
Sobremesa	Fruta da época	
Lanche	Pão (queijo/manteiga/marmelada) / leite/iogurte	
3ª Feira		20/09/2022
Sopa	Creme de cenoura / com peixe	
Prato	Pescada assada no forno , com batata assada (d); Salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Pão (queijo/manteiga/marmelada) / Leite com cereais	
4ª Feira		21/09/2022
Sopa	Creme de Espinafres / com vitela	
Prato	Carne à Lavrador (a) ; Salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Pão (queijo/manteiga/marmelada) / leite/iogurte	
5ª Feira		22/09/2022
Sopa	Creme de abóbora / com peixe	
Prato	Douradinhos no forno com arroz de legumes e Salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Pão (queijo/manteiga/marmelada) / Leite com cereais	
6ª Feira		23/09/2022
Sopa	Creme de Legumes / com vitela	
Prato	Massa espiral gratinada com legumes (vegetariano) / com frango	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Pão (queijo/manteiga/marmelada) / leite/iogurte	

A ementa pode vir a 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 | |