

# Ementa Creche



## ALMOÇO Ementa de 28 a 30 -11 e 02 -12-2022

2ª Feira		28/11/2022
<b>Sopa</b>	Canja de Galinha e massinha de letras a)	
<b>Prato</b>	Jardineira de frango com salada c)	
<b>Sobremesa</b>	Fruta	
<b>Lanche</b>	iogurte/Papa de iogurte natural com fruta passada	
3ª Feira		29/11/2022
<b>Sopa</b>	Sopa de Legumes	
<b>Prato</b>	Pudim de peixe, salada	
<b>Sobremesa</b>	Fruta	
<b>Lanche</b>	Papa de aveia com fruta cozida/leite com/sem lactose/bebida vegetal	
4ª Feira		30/11/2022
<b>Sopa</b>	Sopa de Agrião	
<b>Prato</b>	Feijoada à transmontana (arroz branco, feijão e carne de vitela)	
<b>Sobremesa</b>	Fruta	
<b>Lanche</b>	iogurte/Papa de iogurte natural com fruta passada	
5ª Feira		01/12/2022
<b>Sopa</b>	Feriado	
<b>Prato</b>		
<b>Sobremesa</b>		
6ª Feira		02/12/2022
<b>Sopa</b>	Sopa de Espinafres	
<b>Prato</b>	Empadão de arroz com carne de peru e salada	
<b>Sobremesa</b>	Fruta	
<b>Lanche</b>	Papa de aveia com fruta cozida/leite com/sem lactose/bebida vegetal	

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               |                         |