

Ementa Creche e Pré-Escolar

11 a 15 de agosto de 2025



	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Sopa	Sopa Camponesa (cenoura, couve-coração, feijão verde, cebola e courgette)	Sopa de feijão preto e grelos	Aveludado de nabo	Sopa de courgette	
Prato	Massada de peixe (1,3,4)	Arroz de frango e salada	Bacalhau à Gomes de Sá (3,4)	Hambúrguer de vaca com esparguete (1,3)	Feriado
Sobremesa	Pera	Banana	Melancia	Gelado	
Lanche 12-24m	Leite simples e pão com manteiga (1,7)	Papa de aveia (1)	Iogurte com fruta (7)	Papa de aveia com fruta (1)	Feriado
Lanche 24-36m	Leite simples e pão com manteiga (1,7)	Leite simples e pão com queijo (1,7)	Iogurte e pão com doce (1,7)	Cereais (1,7)	
Lanche	Leite simples e pão com manteiga (1,7)	Leite com chocolate e pão com queijo (1,7)	Iogurte e pão com doce (1,7)	Cereais (1,7)	Feriado

Observações: As ementas expostas estão sujeitas a alterações por razões operacionais. Esta ementa pode conter alergénios de forma direta ou cruzada.

Alergénios: 1 Glúten; 2 Crustáceos; 3 Ovo; 4 Peixe; 5 Amendoim; 6 Soja; 7 Leite; 8 Frutos de Casca Rija; 9 Aipo; 10 Mostarda; 11 Sésamo; 12 Sulfitos; 13 Tremço; 14 Moluscos