



EMENTA DA SEMANA: de 2 a 6 fevereiro

2ª	Sopa	Cenoura e feijão verde
	Prato	Bolonhesa com carne picada, cogumelos, brócolos
	Sobremesa	Fruta ao natural
3ª	Sopa	Legumes
	Prato	Arroz de feijão c/ carne (carne de porco e vaca com couve e cenoura)
	Sobremesa	Fruta ao natural
4ª	Sopa	Couve-flor
	Prato	Salada colorida (batata, atum, ovo, ervilhas, cenoura e pimento)
	Sobremesa	Pudim
5ª	Sopa	Creme de cenoura com lentilhas
	Prato	Peito de frango de tomate com massa lacinhos, salada de alface e couve-flor
	Sobremesa	Fruta ao natural
6ª	Sopa	Couve-lombarda e feijão branco
	Prato	Filetes de red-fish assados com cebola, cenoura e salsa, arroz, salada de tomate e alface
	Sobremesa	Salada de fruta

Nota: Fruta ao natural – Maça, Pera, Banana, Laranja, Starking, Ameixa, Pêssego, Melão, Melancia...

Alergénios: (1) Cereais c/ glúten, (2) Crustáceos, (3) Ovo, (4) Peixe, (5) Amendoim, (6) Soja, (7) Leite, (8) Frutos de casca rija, (9) Aipo, (10) Moluscos

Alerta: Dada a possibilidade de qualquer um dos componentes de refeição poderem conter resíduos de qualquer um dos alérgenos e haver variantes nos ingredientes utilizados na confeção, consulte a pessoa responsável para mais informações.

A ementa exposta, pode não ser adequada, a crianças ou adultos, com alergia ou intolerância alimentar. Quando devidamente justificadas, por prescrição médica, podem ser servidas dietas personalizadas. Para a criança que necessitar de cuidados especiais, na alimentação, (alergias, intolerância alimentar, ou por restrições religiosas, o encarregado de educação, deve entregar/enviar, a cada ano letivo, o respetivo atestado médico, para a instituição. Esta atualização, deve ser anual, dado que podem existir alterações das intolerâncias.