



**EMENTA DA SEMANA: de 29 de junho a 3 julho**

2 <sup>a</sup>	Sopa	Creme de legumes
	Prato	Puré c/ peixe assado, cenoura, ervilhas, pimento e milho
	Sobremesa	Fruta ao natural
3 <sup>a</sup>	Sopa	Feijão verde
	Prato	Feijão V/ carnes variadas, arroz branco, couve e cenoura
	Sobremesa	Fruta ao natural
4 <sup>a</sup>	Sopa	Creme de cenoura
	Prato	Crocante de pescada c/ arroz, de legumes
	Sobremesa	Pudim
5 <sup>a</sup>	Sopa	Grão com espinafres
	Prato	Perna de peru estufado, c/ batata cozida e legumes
	Sobremesa	Fruta ao natural
6 <sup>a</sup>	Sopa	Brócolos
	Prato	Arroz com ervilhas, e filetes, Salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta ao natural

**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 alergénios 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.