

Semana de 30 a 03 de Novembro

Alergénios

2^a	Sopa do Dia	Creme de cenoura (1)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	(1) - NA; (2) - NA; (3) - Leite, glúten e ovo; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Sopa do Berçário *	Creme de cenoura com peru (2)		
	Prato	Strogonoff de Peru simples com Massinha Tricolor e salada (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
3^a	Sopa do Dia	Creme de feijão-frade (1)	Pão com queijo + iogurte aroma (6)	(1) - NA; (2) - Peixe; (3) - Peixe; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite, glúten e soja
	Sopa do Berçário *	Creme de alface com pescada ou frango (2)		
	Prato	Arroz de atum malandrinho e legumes (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
4^a		FERIADO		
5^a	Sopa do Dia	Creme de abóbora (1)	Pão com queijo + iogurte de aroma (6)	(1) - NA; (2) - Peixe; (3) - Peixe; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Sopa do Berçário *	Creme de abóbora com peru ou solha (2)		
	Prato	Filete de Alabote no forno com arroz de cenoura e legumes (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
6^a	Sopa do Dia	Creme de Nabiças (1)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	(1) - NA; (2) - NA; (3) - NA; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Sopa do Berçário *	Creme de feijão-verde com frango ou borrego (2)		
	Prato	Borrego estufado com batata corada e legumes (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
			Papas / Papas de Aveia (6)	

* BAC- Sopa base - batata, abóbora, cenoura, cebola e azeite. A ementa pode ser alterada por motivo de força maior.

Semana de 06 a 10 de Novembro

				Alergénios
2^a	Sopa do Dia	Creme de lentilhas (1)		(1) - NA; (2) - Peixe; (3) - Peixe e leite; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Sopa do Berçário *	Creme de cenoura com peru ou perca (2)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	
	Prato	Filetes de bacalhau no forno com puré e legumes (3)	Pão com queijo + iogurte aroma (6)	
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
3^a	Sopa do Dia	Creme de grelos (1)		(1) - NA; (2) - NA; (3) - Soja, glúten, ovo e sulfitos; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite, glúten e soja
	Sopa do Berçário *	Creme de alface com vitela ou frango (2)	Papas (5)	
	Prato	Almôndegas de vitela com esparguete e salada (3)	Pão com fiambre + leite (6)	
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
4^a	Sopa do Dia	Creme de alho-francês (1)		(1) - NA; (2) - Peixe; (3) - Peixe e ovo; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Sopa do Berçário *	Creme de alho-francês com pescada ou peru (2)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	
	Prato	Salada russa de pescada e legumes (3)	Pão com doce/manteiga + iogurte de aroma (6)	
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
5^a	Sopa do Dia	Creme de legumes (1)		(1) - NA; (2) - NA; (3) - Glúten e ovo; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Sopa do Berçário *	Creme de abóbora com frango (2)	Papas (5)	
	Prato	Frango à Xadrez com legumes e massinha (3)	Pão com queijo + iogurte de aroma (6)	
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
6^a	Sopa do Dia	Creme de couve coração (1)		(1) - NA; (2) - Peixe; (3) - Peixe; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite
	Sopa do Berçário *	Creme de feijão-verde com fogonero ou peru (2)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	
	Prato	Filetes de fogonero no forno com arroz de tomate e legumes (3)	Papas de milho (6)	
	Sobremesa	Fruta da época (4)		

* BAC- Sopa base - batata, abóbora, cenoura, cebola e azeite. A ementa pode ser alterada por motivo de força maior.

Semana de 13 a 17 de Novembro

Alergénios

2^a	Sopa do Dia	Creme de espinafre (1)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	(1) - NA; (2) - NA; (3) - NA; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Sopa do Berçário *	Creme de cenoura com frango (2)		
	Prato	Peru assado com batata doce e legumes (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
			Pão com queijo + iogurte aroma (6)	
3^a	Sopa do Dia	Creme de feijão-branco (1)	Papás (5)	(1) - NA; (2) - Peixe; (3) - Peixe, glúten e ovo; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite, glúten e soja
	Sopa do Berçário *	Creme de alface com salmão ou peru (2)		
	Prato	Massinha de salmão, bróculos e couve-flor (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
			Pão com fiambre + leite (6)	
4^a	Sopa do Dia	Creme de brócolos (1)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	(1) - NA; (2) - NA; (3) - NA; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Sopa do Berçário *	Creme de alho-francês com frango (2)		
	Prato	Bifinhos de frango com arroz de cenoura e salada (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
			Pão com doce/manteiga + iogurte de aroma (6)	
5^a	Sopa do Dia	Creme de couve-flor (1)	Papás (5)	(1) - NA; (2) - Peixe; (3) - Peixe e ovo; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Sopa do Berçário *	Creme de abóbora com perca ou peru (2)		
	Prato	Perca à Gomes de Sá com salada (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
			Pão com queijo + iogurte de aroma (6)	
6^a	Sopa do Dia	Creme de alface (1)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	(1) - NA; (2) - NA; (3) - Glúten e ovo; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Sopa do Berçário *	Creme de feijão-verde com vitela ou frango (2)		
	Prato	Vitela estufada com cenoura e alho francês, massinha e legumes (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
			Papás de aveia (6)	

* BAC- Sopa base - batata, abóbora, cenoura, cebola e azeite. A ementa pode ser alterada por motivo de força maior.

Semana de 20 a 24 de Novembro

Alergénios

2^a	Sopa do Dia	Creme de courgette (1)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	<i>(1) - NA; (2) - Peixe; (3) - Peixe e glúten; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten</i>
	Sopa do Berçário *	Creme de cenoura com solha ou peru (2)		
	Prato	Filetes de solha no forno com arroz e esparregado de espinafres (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
			Pão com queijo + iogurte aroma (6)	
3^a	Sopa do Dia	Creme de nabo (1)	Papás (5)	<i>(1) - NA; (2) - NA; (3) - Leite; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite, glúten e soja</i>
	Sopa do Berçário *	Creme de alface com borrego ou frango (2)		
	Prato	Borrego estufado com puré de cenoura e salada (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
			Pão com fiambre + leite (6)	
4^a	Sopa do Dia	Creme de feijão-manteiga (1)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	<i>(1) - NA; (2) - Peixe; (3) - Peixe, glúten e ovo; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten</i>
	Sopa do Berçário *	Creme de alho-francês com pescada ou peru (2)		
	Prato	Massinha do mar com legumes (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
			Pão com doce/manteiga + iogurte de aroma (6)	
5^a	Sopa do Dia	Creme de beterraba (1)	Papás (5)	<i>(1) - NA; (2) - NA; (3) - Ovo; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten</i>
	Sopa do Berçário *	Creme de abóbora com frango (2)		
	Prato	Tortilha de frango com legumes, arroz e salada (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
			Pão com queijo+ iogurte de aroma (6)	
6^a	Sopa do Dia	Creme de coentros (1)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	<i>(1) - NA; (2) - Peixe; (3) - Peixe e leite; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite</i>
	Sopa do Berçário *	Creme de feijão-verde com perca ou peru (2)		
	Prato	Empadão de atum com legumes (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
			Papás de milho (6)	

* BAC- Sopa base - batata, abóbora, cenoura, cebola e azeite. A ementa pode ser alterada por motivo de força maior.

Semana de 27 a 01 de Dezembro

Alergénios

2^a	Sopa do Dia	Creme de cenoura (1)		
	Sopa do Berçário *	Creme de cenoura com vitela ou peru (2)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	(1) - NA; (2) - NA; (3) - NA; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Prato	Jardineira de vitela com legumes (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)	Pão com queijo + iogurte aroma (6)	
3^a	Sopa do Dia	Creme de ervilhas (1)		
	Sopa do Berçário *	Creme de alface com pescada ou frango (2)	Papas (5)	(1) - NA; (2) - Peixe; (3) - Peixe e ovo; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite, glúten e soja
	Prato	Açorda de Pescada com Couve e salada (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)	Pão com fiambre + leite (6)	
4^a	Sopa do Dia	Creme de alho-francês (1)		
	Sopa do Berçário *	Creme de alho-francês com peru (2)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	(1) - NA; (2) - NA; (3) - Leite, glúten e ovo; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Prato	Fricassé de peru com massinha alegre e salada (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)	Pão com doce/manteiga + iogurte de aroma (6)	
5^a	Sopa do Dia	Creme de abóbora (1)		
	Sopa do Berçário *	Creme de abóbora com solha ou frango (2)	Papas (5)	(1) - NA; (2) - Peixe; (3) - Peixe; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Prato	Filete de alabote assado com batata cozida e legumes (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)	Pão com queijo + iogurte de aroma (6)	
6^a	Sopa do Dia	FERIADO		
	Sopa do Berçário *			
	Prato			
	Sobremesa			

* BAC- Sopa base - batata, abóbora, cenoura, cebola e azeite. A ementa pode ser alterada por motivo de força maior.