

Semana de 19 a 23 de Março

Alergénios

2^a	Sopa do Dia	Creme de milho (1)		
	Sopa do Berçário *	Creme de cenoura com solha ou frango (2)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	(1) - NA; (2) - Peixe; (3) - Peixe; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Prato	Filete de solha no forno com arroz de cenoura e legumes (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)	Pão com queijo + iogurte aroma (6)	
3^a	Sopa do Dia	Creme de legumes (abóbora, batata, cebola, cenoura e courgette) (1)		
	Sopa do Berçário *	Creme de alface com peru (2)	Papas/Papas de Aveia e Fruta (5)	(1) - NA; (2) - NA; (3) - Glúten; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite, glúten e soja
	Prato	Couscous de peru com vegetais (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)	Pão com fiambre + leite (6)	
4^a	Sopa do Dia	Creme de agrião (1)		
	Sopa do Berçário *	Creme de alho-francês com perca ou frango (2)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	(1) - NA; (2) - Peixe; (3) - Peixe e ovo; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Prato	Perca à gomes de sá com salada (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)	Pão com doce/manteiga + iogurte de aroma (6)	
5^a	Sopa do Dia	Creme de couve branca (1)		
	Sopa do Berçário *	Creme de abóbora com vitela ou peru (2)	Papas/Papas de Aveia e Fruta (5)	(1) - NA; (2) - NA; (3) - Glúten e ovo; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Prato	Esparguete à bolonhesa e legumes (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)	Pão com queijo + iogurte de aroma (6)	
6^a	Sopa do Dia	Creme de feijão-verde (1)		
	Sopa do Berçário *	Creme de feijão-verde com solha ou frango (2)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	(1) - NA; (2) - Peixe; (3) - Peixe; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Prato	Arroz malandrinho de abrótea e salada (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)	Papas/Papas de Aveia e Fruta (6)	

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

Semana de 26 a 30 de Março

Alergénios

2^a	Sopa do Dia	Creme de cenoura (1)		(1) - NA; (2) - Peixe; (3) - Peixe, glúten e leite; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Sopa do Berçário *	Creme de cenoura com pescada ou peru (2)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	
	Prato	Pescada espiritual com salada (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)	Pão com queijo + iogurte aroma (6)	
3^a	Sopa do Dia	Creme de alface (1)		(1) - NA; (2) - NA; (3) - Glúten; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite, glúten e soja
	Sopa do Berçário *	Creme de alface com frango (2)	Papas/Papas de Aveia e Fruta (5)	
	Prato	Almôndegas de frango com arroz colorido e salada (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)	Pão com fiambre + leite (6)	
4^a	Sopa do Dia	Creme de alho francês (1)		(1) - NA; (2) - Peixe; (3) - Peixe, glúten e ovo; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Sopa do Berçário *	Creme de alho-francês com solha ou peru (2)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	
	Prato	Massinha de bacalhau com salsa e legumes (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)	Pão com doce/manteiga + iogurte de aroma (6)	
5^a	Sopa do Dia	Creme de abóbora (1)		(1) - NA; (2) - NA; (3) - NA; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Sopa do Berçário *	Creme de abóbora com borrego (2)	Papas/Papas de Aveia e Fruta (5)	
	Prato	Borrego estufado 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.