

Semana de 15 a 19 de Outubro

Alergénios

2^a	Sopa do Dia	Creme de courgette (1)		(1) - NA; (2) - NA; (3) - NA; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Sopa do Berçário *	Creme de cenoura com peru (2)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	
	Prato	Jardineira de peru com salada (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)	Pão com queijo + iogurte aroma (6)	
3^a	Sopa do Dia	Creme de feijão-vermelho (1)		(1) - NA; (2) - Peixe; (3) - Peixe; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite, glúten e soja
	Sopa do Berçário *	Creme de alface com solha ou frango (2)	Papas (5)	
	Prato	Arroz malandrinho de solha com legumes coloridos (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)	Pão com fiambre + leite (6)	
4^a	Sopa do Dia	Creme de brócolos (1)		(1) - NA; (2) - NA; (3) - Glúten e ovo; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Sopa do Berçário *	Creme de alho-francês com frango (2)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	
	Prato	Tirinhas de frango com couve e esparguete com salada (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)	Pão com queijo + iogurte de aroma (6)	
5^a	Sopa do Dia	Creme de couve-flor (1)		(1) - NA; (2) - Peixe; (3) - Peixe e glúten; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Sopa do Berçário *	Creme de abóbora com pescada ou peru (2)	Papas (5)	
	Prato	Couscous de atum com legumes (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)	Papas (6)	
6^a	Sopa do Dia	Creme de beterraba (1)		(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 (2)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	
	Prato	Borrego estufado com arroz de cenoura e salada (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)	Pão com queijo + iogurte de aroma (6)	

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

Semana de 22 a 26 de Outubro

Alergénios

2 ^a	Sopa do Dia	Creme de cenoura e beringela (1)	Iogurte natural/Fruta/Bolacha (5) Pão com queijo + iogurte aroma (6)	(1) - NA; (2) - NA; (3) - Peixe e ovo; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Sopa do Berçário *	Creme de cenoura com frango (2)		
	Prato	Salada russa de pescada (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
3 ^a	Sopa do Dia	Creme de couve-coração (1)	Papas (5) Pão com fiambre + leite (6)	(1) - NA; (2) - NA; (3) - Glúten, sulfitos e ovo; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite, glúten e soja
	Sopa do Berçário *	Creme de alface com peru (2)		
	Prato	Almôndegas de vitela com esparguete e salada (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
4 ^a	Sopa do Dia	Creme de grão (1)	Iogurte natural/Fruta/Bolacha (5) 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 alho-francês com perca ou frango (2)		
	Prato	Perca de cebolada com arroz de cenoura e legumes (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
5 ^a	Sopa do Dia	Creme de espinafre (1)	Papas (5) Papas (6)	(1) - NA; (2) - NA; (3) - Glúten, leite e ovo; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Sopa do Berçário *	Creme de abóbora com peru (2)		
	Prato	Strogonoff simples de peru com espirais tricolor e salada (3)		
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
6 ^a	Sopa do Dia	Creme de nabiças (1)	Iogurte natural/Fruta/Bolacha (5) 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 feijão-verde com solha ou frango (2)		
	Prato	Solha no forno em cama de batata e legumes (3)		
	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 29 a 02 de Novembro

Alergénios

2^a	Sopa do Dia	Creme de couve-flor e coentros (1)		(1) - NA; (2) - NA; (3) - Glúten e ovo; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Sopa do Berçário *	Creme de cenoura com frango (2)	Iogurte natural/Fruta/Bolacha (5)	
	Prato	Coxinhas frango estufadas com esparguete e legumes (3)	Pão com queijo + iogurte aroma (6)	
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
3^a	Sopa do Dia	Creme de courgette (1)		(1) - NA; (2) - Peixe; (3) - Peixe; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite, glúten e soja
	Sopa do Berçário *	Creme de alface com perca ou peru (2)	Papas (5)	
	Prato	Filete red-fish no forno com batata assada e legumes (3)	Pão com fiambre + leite (6)	
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
4^a	Sopa do Dia	Creme de agrião (1)		(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)	Iogurte natural/Fruta/Bolacha (5)	
	Prato	Borrego estufado com legumes, arroz e salada (3)	Pão com queijo + iogurte de aroma (6)	
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
5^a	Sopa do Dia	FERIADO		
	Sopa do Berçário *			
	Prato			
	Sobremesa			
6^a	Sopa do Dia	Creme de feijão branco (1)		(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 peru (2)	Iogurte natural/Fruta/Bolacha (5)	
	Prato	Massa de peru com legumes e salada (3)	Pão com queijo + iogurte de aroma (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.