




Ano Lectivo 2018-2019

EMENTA MENSAL- MARÇO- BERÇÁRIO

2ª feira		3ª feira		4ª feira		5ª feira		6ª feira	
DIA 4		DIA 5		DIA 6		DIA 7		DIA 8	
SOPA	PAUSA			Espinafres com peru		Creme de abóbora com coentros e vitela		Nabiças com abrótea ⁴	
SOBREMESA				Fruta da época/ Fruta cozida		Compota de pêra		Fruta da época/ Fruta cozida	
DIA 11		DIA 12		DIA 13		DIA 14		DIA 15	
SOPA	Juliana com borrego	Sopa de feijão verde com pescada ⁴		Camponesa (sem feijão) com peru		Creme de legumes com frango		Creme de couve flor com corvina ⁴	
SOBREMESA	Fruta da época/ Fruta cozida	Compota de maçã		Fruta da época/ Fruta cozida		Compota de pêra		Fruta da época/Fruta cozida	
DIA 18		DIA 19		DIA 20		DIA 21		DIA 22	
SOPA	Juliana com pescada ⁴	Sopa de abóbora com coentros e vitela		Creme de legumes com frango		Espinafres com peru		Camponesa (sem/Feijão) com massa e peixe	
SOBREMESA	Fruta da época/ Fruta cozida	Compota de maçã		Fruta da época/ Fruta cozida		Fruta da época/ Fruta cozida		Compota de pêra	
DIA 25		DIA 26		DIA 27		DIA 28		DIA 29	
SOPA	Alho francês com peru	Creme de cenoura com maruca ⁴		Feijão verde com borrego		Canja de massinhas		Camponesa (sem feijão) com pescada ⁴	
SOBREMESA	Fruta da época / Fruta cozida	Compota de maçã		Fruta da época/ Fruta cozida		Compota de pêra		Fruta da época/ Fruta cozida	

A ementa poderá estar sujeita a alterações

Alergénios: 1= Cereais (Gluten); 2= Crustáceos; 3= Ovos, 4= Peixes; 5= Amendoins; 6= Soja; 7= Leite; 8= Frutos de casca rija; 9= Aipo; 10= Mostarda; 11=Sementes de sésamo; 12= Dióxido de enxofre e sulfito; 13= Tremoços; 14= Moluscos.

Elaborada pela Nutricionista

DÁLIA SANTOS CP1345N

para

