

Semana de 02 a 06 de Março

Alergénios

2^a	Sopa do Dia	Creme de espinafres (1)		
	Sopa do Berçário *	Creme de cenoura com frango (2)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	(1) - NA; (2) -NA; (3) - Peixe; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Prato	Empadão de arroz de atum e legumes (3)	Pão com queijo + iogurte natural/aroma (6)	
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
3^a	Sopa do Dia	Creme de courgette (1)		
	Sopa do Berçário *	Creme de alface com 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, glúten e soja
	Prato	Esparguete à bolonhesa e salada mista	Papas / Pão com manteiga (6)	
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
4^a	Sopa do Dia	Creme de beterraba (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 e legumes (3)	Pão com doce/queijo + leite gordo (6)	
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
5^a	Sopa do Dia	Creme de couve-branca (1)		
	Sopa do Berçário *	Creme de abóbora com peru (2)	Papas/Papas de Aveia e Fruta (5)	(1) - NA; (2) - NA; (3) - Glúten; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Prato	Couscous com peru e legumes (3)	Papas/ Pão com manteiga (6)	
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
6^a	Sopa do Dia	Creme de grão (1)		
	Sopa do Berçário *	Creme de feijão-verde com pescada ou peru (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 pescada e legumes (3)	Pão com queijo + iogurte natural/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.

Semana de 09 a 13 de Março

Alergénios

2^a	Sopa do Dia	Creme de cenoura (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	Bife de peru estufado com arroz de legumes (3)	Pão com queijo + iogurte natural/aroma (6)	
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
3^a	Sopa do Dia	Creme de alface (1)		(1) - NA; (2) - NA; (3) - NA; (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	Jardineira de borrego	Papas / Pão com manteiga (6)	
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
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 perca ou peru (2)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	
	Prato	Massada de perca com coentros (3)	Pão com doce/queijo + leite gordo (6)	
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
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 frango (2)	Papas/Papas de Aveia e Fruta (5)	
	Prato	Tiras de frango estufadas com legumes e arroz (3)	Papas/ Pão com manteiga (6)	
	Sobremesa	Fruta da época (4)		
6^a	Sopa do Dia	Creme de feijão-verde (1)		(1) - NA; (2) - Peixe; (3) - Peixe e ovo; (4) - NA; (5) - Leite e glúten; (6) - Leite e glúten
	Sopa do Berçário *	Creme de feijão-verde com pescada ou peru (2)	logurte natural/Fruta/Bolacha (5)	
	Prato	Salada russa de pescada (3)	Pão com queijo + iogurte natural/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.