



Ementa - Creche

Dia	Semana: 16 a 20 de outubro 2023	Alergénicos V5
2ª FEIRA	SOPA: Puré de Cenoura com Carnes Brancas	Não contém alérgénicos
	PRATO: Empadão de Arroz com Carne Picada	Não contém alérgénicos
	FRUTA: Fruta da época	Não contém alérgénicos
3ª FEIRA	SOPA: Sopa de Espinafres com Peixe	Não contém alérgénicos
	PRATO: Bacalhau com molho Béchamel	Peixe
	FRUTA: Fruta da época	Não contém alérgénicos
4ª FEIRA	SOPA: Macedónia com Carnes Brancas	Não contém alérgénicos
	PRATO: Arroz de Frango com Legumes	Não contém alérgénicos
	FRUTA: Fruta da época	Não contém alérgénicos
5ª FEIRA	SOPA: Sopa de Feijão Verde com Peixe	Não contém alérgénicos
	PRATO: Massa com Atum	Massa / Peixe
	FRUTA: Fruta da época	Não contém alérgénicos
6ª FEIRA	SOPA: Sopa de Alho Francês com Carnes Brancas	Não contém alérgénicos
	PRATO: Carne de Porco à Alentejana com Arroz	Não contém alérgénicos
	FRUTA: Fruta da época ou doce	Não contém alérgénicos

NOTAS:

A ementa poderá sofrer alterações sem aviso prévio.

Ementa orientada pela Nutricionista do Centro de Saúde de Portalegre.

Informação nutricional em atualização, de acordo com o Regulamento 11/69 de 2011. Caso tenha alguma questão, por favor, contacte-nos.

ALERGÉNICOS: Não poderão ser excluídas contaminações cruzadas dentro da Instituição.