



Ementa - Creche

Dia	Semana: 25 a 29 de setembro 2023	Alergénicos V2
2ª FEIRA	SOPA: Puré de cenoura com Peixe	Não contém alérgenos
	PRATO: Rissóis de Pescada com Arroz de Cenoura	Peixe / Rissóis
	FRUTA: Fruta da época	Não contém alérgenos
3ª FEIRA	SOPA: Sopa de Coentros com Carnes Brancas	Não contém alérgenos
	PRATO: Frango com Massa	Massa
	FRUTA: Fruta da época	Não contém alérgenos
4ª FEIRA	SOPA: Puré de ervilhas com Peixe	Não contém alérgenos
	PRATO: Arroz de Bacalhau	Peixe
	FRUTA: Fruta da época	Não contém alérgenos
5ª FEIRA	SOPA: Sopa de Alface com Carnes Brancas	Não contém alérgenos
	PRATO: Bolonhesa de Carne com Esparguete	Esparguete
	FRUTA: Fruta da época	Não contém alérgenos
6ª FEIRA	SOPA: Sopa de Legumes com Peixe	Não contém alérgenos
	PRATO: Empadão de Atum	Peixe
	FRUTA: Fruta da época ou doce	Não contém alérgenos

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.