



Ementa - Creche

Dia	Semana: 02 a 06 de outubro 2023	Alergénicos V3
2ª FEIRA	SOPA: Puré de cenoura com Carnes Brancas	Não contém alérgénios
	PRATO: Arroz de Perú com Salada	Não contém alérgénios
	FRUTA: Fruta da época	Não contém alérgénios
3ª FEIRA	SOPA: Sopa de Nabiça com Peixe	Não contém alérgénios
	PRATO: Bacalhau Dourado	Peixe
	FRUTA: Fruta da época	Não contém alérgénios
4ª FEIRA	SOPA: Sopa Juliana com Carnes Brancas	Não contém alérgénios
	PRATO: Empadão de Carne com Esparguete	Esparguete
	FRUTA: Fruta da época	Não contém alérgénios
5ª FEIRA	SOPA: Sopa de Legumes com Peixe	Não contém alérgénios
	PRATO: Arroz de Peixe	Peixe
	FRUTA: Fruta da época	Não contém alérgénios
6ª FEIRA	SOPA: Sopa de Repolho com Carnes Brancas	Não contém alérgénios
	PRATO: Rojões de tacho com Massa Grossa	Massa
	FRUTA: Fruta da época ou doce	Não contém alérgénios

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.