

EMENTA P2 – CATL- PRE ESCOLAR - A B R I L

• Semana de 6 a 10 de Abril •

Segunda-feira, 6 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã | Fruta da época

Almoço	Sopa	Sopa de nabo
	Prato	Massa com grão e legumes ¹
	Legumes	Feijão verde e cenoura salteados
	Sobremesa	Fruta da época

Lanche da tarde | Leite + pão de mistura com queijo^{1,7}

Terça-feira, 7 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã | Fruta da época

Almoço	Sopa	Creme de curgete
	Prato	Peixe no forno com legumes e batata assados ⁴
	Legumes	(Legumes assados)
	Sobremesa	Fruta da época

Lanche da tarde | Iogurte + pão de mistura com manteiga^{1,7}

Quarta-feira, 8 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã | Fruta da época

Almoço	Sopa	Sopa de legumes
	Prato	Grão com frango e arroz branco
	Legumes	Brócolos
	Sobremesa	Fruta da época

Lanche da tarde | Cereais integrais+leite^{1,7}

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremçoço, ¹⁴Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários.

A presente ementa pode estar sujeita a alterações.

EMENTA P2 – CATL- PRE ESCOLAR - A B R I L

Quinta-feira, 9 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã | Fruta da época

Almoço

Sopa	Creme de ervilhas
Prato	Massa salteada com atum e brócolos ^{1,4}
Legumes	Salada de tomate
Sobremesa	Fruta da época

Lanche da tarde | Iogurte + pão com manteiga ^{1,7}

Sexta-feira, 10 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã | Fruta da época

Almoço

Sopa	Creme de cenoura e alho francês
Prato	Bife de peru com batata corada
Legumes	Salada de alface
Sobremesa	Fruta da época

Lanche da tarde | Fruta + Pão de mistura com queijo^{1,7}

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários.

A presente ementa pode estar sujeita a alterações.

EMENTA P2 – CATL- PRE ESCOLAR - A B R I L

• Semana de 13 a 17 de Abril •

Segunda-feira, 13 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã Fruta da época

Almoço

Sopa	Sopa de agrião
Prato	Grão com batata e ovo cozido ³
Legumes	Feijão verde cozido
Sobremesa	Fruta da época

Lanche da tarde Fruta + pão de mistura com manteiga^{1,7}

Terça-feira, 14 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã Fruta da época

Almoço

Sopa	Creme de abóbora
Prato	Massada de peixe ^{1,4}
Legumes	Salada de alface
Sobremesa	Fruta da época

Lanche da tarde Iogurte + Pão de mistura com queijo^{1,7}

Quarta-feira, 15 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã Fruta da época

Almoço

Sopa	Creme de curgete
Prato	Frango no forno com arroz primavera
Legumes	Cogumelos salteados
Sobremesa	Fruta da época

Lanche da tarde Leite + pão de mistura com manteiga^{1,7}

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremçoço, ¹⁴Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários.

A presente ementa pode estar sujeita a alterações.

EMENTA P2 – CATL- PRE ESCOLAR - A B R I L

Quinta-feira, 16 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã	Fruta da época	
Almoço	Sopa	Juliana
	Prato	Pescada estufada com batata cozida ⁴
	Legumes	Salada de alface, cenoura e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
Lanche da tarde	Iogurte + Pão de mistura com queijo ^{1,7}	

Sexta-feira, 17 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã	Fruta da época	
Almoço	Sopa	Sopa de feijão verde
	Prato	Vitela estufada com esparguete ¹
	Legumes	Brócolos cozidos
	Sobremesa	Fruta da época
Lanche da tarde	Cereais integrais+leite ^{1,7}	

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários.

A presente ementa pode estar sujeita a alterações.

EMENTA P2 – CATL- PRE ESCOLAR - A B R I L

● Semana de 20 a 24 de Abril ●

Segunda-feira, 20 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã	Fruta da época	
Almoço	Sopa	Sopa de alho francês
	Prato	Soja estufada com arroz ⁶
	Legumes	Feijão verde salteado
	Sobremesa	Fruta da época
Lanche da tarde	Fruta + Pão de mistura com queijo ^{1,7}	

Terça-feira, 21 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã	Fruta da época	
Almoço	Sopa	Creme de cenoura com espinafres
	Prato	Bacalhau à lagareiro com batata cozida ⁴
	Legumes	Salada de alface e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
Lanche da tarde	iogurte + pão de mistura com manteiga ^{1,7}	

Quarta-feira, 22 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã	Fruta da época	
Almoço	Sopa	Sopa de nabijas
	Prato	Perna de peru no forno com massa ¹
	Legumes	Salada de alface, cenoura e milho
	Sobremesa	Fruta da época
Lanche da tarde	Leite + pão de mistura com queijo ^{1,7}	

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremçoço, ¹⁴Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários.

A presente ementa pode estar sujeita a alterações.

Quinta-feira, 23 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã	Fruta da época	
Almoço	Sopa	Creme de alho francês e couve flor
	Prato	Arroz de polvo ^{4,14}
	Legumes	Espinafres salteados
	Sobremesa	Fruta da época
Lanche da tarde	Iogurte + pão de mistura com manteiga. ^{1,7}	

Sexta-feira, 24 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã	Fruta da época	
Almoço	Sopa	Sopa primavera
	Prato	Hambúrgueres com massa ^{1,6,8,11,12}
	Legumes	Salada de alface, cenoura e tomate
	Sobremesa	Fruta da época
Lanche da tarde	Cereais integrais+leite ^{1,7}	

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários.

A presente ementa pode estar sujeita a alterações.

EMENTA P2 – CATL- PRE ESCOLAR - A B R I L

• Semana de 27 de Abril a 1 de maio •

Segunda-feira, 27 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã	Fruta da época	
Almoço	Sopa	Creme de legumes
	Prato	Massa com feijão e legumes ¹
	Legumes	Salada de couve-roxa, pepino e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época
Lanche da tarde	Fruta + pão de mistura com manteiga ^{1,7}	

Terça-feira, 28 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã	Fruta da época	
Almoço	Sopa	Creme de ervilhas, curgete e abóbora
	Prato	Pescada com batata assada ⁴
	Legumes	Feijão-verde cozido
	Sobremesa	Fruta da época
Lanche da tarde	Iogurte + Pão de mistura com queijo ^{1,7}	

Quarta-feira, 29 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã	Fruta da época	
Almoço	Sopa	Sopa de feijão branco com couve lombardo
	Prato	Peru no forno com laranja ¹
	Legumes	Salada de cenoura, cebola e couve-roxa
	Sobremesa	Fruta da época
Lanche da tarde	Leite + pão com manteiga ^{1,7}	

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremçoço, ¹⁴Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários.

A presente ementa pode estar sujeita a alterações.

Quinta-feira, 30 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã	Fruta da época	
Almoço	Sopa	Creme de brócolos
	Prato	Arroz de peixe ⁴
	Legumes	Espinafres salteados
	Sobremesa	Fruta da época
Lanche da tarde	Iogurte + Pão de mistura com queijo ^{1,7}	

Sexta-feira, 1 de maio

FERIADO

Calina Bonin
EMENTA ELABORADA POR:

NUTRICIONISTA | CP4232N

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários.

A presente ementa pode estar sujeita a alterações.

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários.

A presente ementa pode estar sujeita a alterações.