



# EMENTA

## Berçário



Dia da Semana	Lanche (manhã)	Almoço		Lanche (tarde)
Segunda 1 outubro	Leite e bolacha 1,3,5,7,8,11,12	Sopa Prato Sobremesa	Alho-francês com peru Batata e couve flor com peru* Maçã (Cozida)	Papa láctea de pera <sup>1,6,7</sup>
Terça 2 outubro	Fruta cozida e bolacha 1,3,5,7,8,11,12	Sopa Prato Sobremesa	Abóbora com maruca <sup>4</sup> /frango** Arroz de cenoura com maruca* Pera (cozida)	Papa láctea de 5 frutos <sup>1,6,7</sup>
Quarta 3 outubro	Leite e bolacha 1,3,5,7,8,11,12	Sopa Prato Sobremesa	Alface com coelho Massa, feijão-verde e coelho <sup>1,3*</sup> Banana-laranja	Fruta cozida com iogurte <sup>7</sup>
Quinta 4 outubro	Fruta cozida e bolacha 1,3,5,7,8,11,12	Sopa Prato Sobremesa	Couve lombarda com pescada <sup>4</sup> /frango* Arroz de cenoura e pescaada <sup>4*</sup> Maçã (cozida)	Papa láctea simples <sup>1,6,7</sup>
Sexta 5 outubro	<b>Dia da Implantação da República</b>			

**Nota:** Esta ementa poderá sofrer alterações por motivos de força maior

\* Prato de iniciação.

\*\*Quando a criança ainda não introduziu o pescado.

Ementa elaborada ao abrigo da circular n.º 3/DSEEAS/DGE/ 2013.

É disponibilizada a opção de dieta, para os clientes que necessitarem da mesma, por questões de saúde, mediante prescrição médica.

De acordo com o regulamento (EU) N.º1169/2011, prestamos informação relativa aos alergénios presentes na ementa. Os alimentos disponibilizados nesta ementa podem conter os seguintes alergénios, de acordo com a seguinte classificação:



1.Cereais que contém glúten; 2.Crustáceos; 3.Ovos; 4.Peixe; 5.Amendoim; 6.Soja; 7.Leite; 8.Frutos de casca rija; 9. Aipo; 10.Mostarda; 11. Sementes de sésamo; 12. Dióxido de enxofre ou sulfitos; 13.Tremçoço; 14.Moluscos

Ementa elaborada por: \_\_\_\_\_

Rita Melo | Nutricionista - 3407N  
E-mail: rita.af.melo@gmail.com