

EMENTA BERÇÁRIO/SALA MISTA/CATL

Semana de 4 a 8 de Janeiro 2021

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA FEIRA
BERÇÁRIO					
SOPA	Legumes	Creme de cenoura	Caldo verde	Juliana	Canja (1,2)
Legumes	Consoante informação dada pelo Encarregado de Educação				
ENRIQUECIDA COM	Ovo (2)/Peru	Frango	Abrótea (3)	Peru	Frango do campo
SOBREMESA	MAÇÃ COZIDA TRITURADA	BANANA TRITURADA	PÊRA COZIDA TRITURADA	MAÇÃ COZIDA TRITURADA	BANANA TRITURADA
LANCHE	BATIDO DE FRUTA	PAPA LÁCTEA (1,4)	PAPA LÁCTEA (1,4)	IOGURTE (4) / PAPA DE FRUTA	PAPA LÁCTEA (1,4)

	INFANCIA (Sala Mista)				
SOPA	Legumes	Creme de cenoura	Caldo verde	Juliana	Canja (1,2)
ALMOÇO	Pescada estufada sem temperos com arroz de tomate (3,5)	Carne de porco estufada sem temperos com massa, grão de bico (1,2,5,10)	Pescada cozida com batata (3)	Coxa de frango assada com arroz de cenoura (5,10)	Carapau/Perca grelhado com batata cozida e molho verde (3,5)
SALADA/LEGUMES	Alface e cebola (5)	Legumes cozidos (5)	Legumes cozidos	Salada mista 85)	Salada mista (5)
SOBREMESA	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Sobremesa
LANCHE SALA PARQUE	IOGURTE (4) / PAPA DE FRUTA	LEITE (4) PÃO COM FIAMBRE (1) /MANTEIGA MAGRA (4)	LEITE COM CEREIAS (1,4)	IOGURTE (4) / PAPA DE FRUTA	LEITE (4) PÃO COM QUEIJO (1,4) /MANTEIGA MAGRA (1)

Alergénios: 1 Cereais que contêm glúten, nomeadamente trigo, centeio, cevada, aveia e produtos à base de cereais; 2 Ovos e produtos à base de ovos; 3 Peixes e produtos à base de peixe; 4 Leite e produtos à base de leite (incluindo lactose); 5 Dióxido de enxofre e sulfitos em concentrações superiores a 10 mg/kg ou 10 mg/l expressos em SO₂; 6 Crustáceos e produtos à base de crustáceos; 7 Amendoins e produtos à base de amendoins; 8 Soja e produtos à base de soja; 9 Frutos de casca rija; 10 Aipos e produtos à base de aipos; 11 Mostarda e produtos à base de mostarda; 12 Sementes de sésamo e produtos à base de sementes de sésamo; 13 Tremço e produtos à base de tremço; 14 Moluscos e produtos à base de moluscos."

A Ementa pode ser alterada sem aviso prévio.

Inês Nolasco - Engª Alimentar

Rua Seabra da Fonseca, nº165, Avelãs de Caminho
Tel.: 234 730 110 Fax: 234 730 115
asacaminho@mail.telepac.pt

Ementa realizada a: 16/12/020

IMP.PG6.03
Data:28.12.16
Revisão:01

Nota: No seguimento da legislação em vigor DL nº 11/2017 de 17 de Abril, quanto à existência de opção vegetariana nas ementas, a Instituição tem à disposição essa alternativa, mas apenas a confecciona quando solicitada atempadamente pelo cliente.