



## Ementa Geral

4 Meses aos 12 Meses

Semana de 01 a 05 de outubro de 2018

Segunda 01/10	P. Almoço – 8h	Leite
	Lanche – 9.30h	4 aos 6 meses: Leite 6 aos 12 meses: ½ iogurte adaptado
	Almoço	Sopa: Creme de batata, abóbora, cebola, couve-flor
		4 aos 12 meses: Peru
		Sobremesa: 4 aos 12 meses: Puré de maçã/melão
	Lanche 15.30h	4 aos 12 meses: Leite
Lanche 18.15h	Leite/Puré de fruta	
Terça 02/10	P. Almoço – 8h	Leite
	Lanche – 9.30h	4 aos 6 meses: Leite 6 aos 12 meses: ½ iogurte adaptado
	Almoço	Sopa: Creme de batata, couve-flor, cenoura, curgete, feijão verde
		4 aos 6 meses: Peru 6 aos 12 Meses: Pescada
		Sobremesa: 4 aos 12 meses: Puré de pera
	Lanche 15.30h	4 aos 6 meses: Leite 6 aos 12 meses: Puré de manga + bolachas maria triturada
Lanche 18.15h	Leite/Puré de fruta	
Quarta 03/10	P. Almoço – 8h	Leite
	Lanche – 9.30h	4 aos 6 meses: Leite 6 aos 12 meses: ½ iogurte adaptado
	Almoço	Sopa: Creme de batata, abóbora, cenoura
		4 aos 12 meses: Coelho
		Sobremesa: 4 aos 12 meses: Puré de banana/ameixa vermelha
	Lanche 15.30h	4 aos 6: Leite 6 aos 12 meses: Papa de batata doce e maçã
Lanche 18.15h	Leite/Puré de fruta	
Quinta 04/10	P. Almoço – 8h	Leite
	Lanche – 9.30h	4 aos 6 meses: Leite 6 aos 12 meses: ½ iogurte adaptado
	Almoço	Sopa: Creme de batata, cenoura, couve-flor, cebola, couve coração
		4 aos 6 meses: Coelho 6 aos 12 Meses: Abrótea
		Sobremesa: 4 aos 12 meses: Puré de maçã
	Lanche 15.30h	4 aos 6: Leite aos 12 meses: iogurte sólido adaptado e puré de maçã
Lanche 18.15h	Leite/Puré de fruta	
Sexta 05/10	P. Almoço – 8h	<b>FERIADO</b>
	Lanche – 9.30h	
	Almoço	
	Lanche 15.30h	
	Lanche 18.15h	

\* Pequeno-Almoço servido a crianças com receção na escola até às 8h. Necessidade de efetuar pedido mensal previamente na secretaria.

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:

1.Cereais que contêm glúten,2.Crutáceos e produtos derivados, 3. Ocos, 4.Peixes e derivados, 5.Amendoados e derivados, 6.Soja e derivados, 7. Leite, 8.Frutos de casca Rija, 9. Aipo, 10.Mostarda, 11. Sementes de Sésamo, 12. Dióxido de Enxofre e Sulfitos, 13. Tremoço, 14.Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Ementa Elaborada por : Nutricionista Dra. Rute Laureano – Ced. 2696N



**Ementa Geral**  
**4 Meses aos 12 Meses**  
**Semana de 27 a 31 de Agosto 2018**

\* Pequeno-Almoço servido a crianças com receção na escola até às 8h. Necessidade de efetuar pedido mensal previamente na secretaria.  
Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:  
1.Cereais que contêm glúten,2.Crutáceos e produtos derivados, 3. Ocos, 4.Peixes e derivados, 5.Amendoados e derivados, 6.Soja e derivados, 7. Leite, 8.Frutos de casca Rija, 9. Aipo, 10.Mostarda, 11. Sementes de Sésamo, 12. Dióxido de Enxofre e Sulfitos, 13. Tremoço, 14.Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.  
**Ementa Elaborada por : Nutricionista Dra. Rute Laureano – Ced. 2696N**