



# Ementa Creche

Centro Social Quinta da Boa Vista



	Segunda-Feira	Terça - Feira	Quarta - Feira	Quinta – Feira	Sexta – Feira
<b>Almoço</b>	Sopa: Feijão c/ couve lombarda	Sopa: Espinafres	Sopa: Abóbora c/ massinhas*	<b>FERIADO</b>	Sopa: Creme de Legumes
	Prato: Bacalhau cozido com batata, ovo, cenoura e couve-flor	Prato: Ovos escalfados com feijão, arroz e cenoura	Prato: Red- Fich cozido com batata e Legumes (cenoura, couve-flor e brócolos)		Prato: Frango estufado com massa espaguete* e esparregado*
	Sobremesa: Fruta da época	Sobremesa: Fruta da época	Sobremesa: Fruta da época		Sobremesa: Fruta da época
	Alergénios: Peixe, Ovo e Sulfitos	Alergénios: Ovo, Sulfitos	Alergénios: Peixe, Sulfitos e Glúten*		Alergénios: Glúten* e sulfitos

**Observação:** Esta ementa pode ser sujeita a alterações de última hora por motivos de força maior, sendo comunicado a todos os clientes as alterações previstas previamente ao serviço de refeições

	Segunda-Feira	Terça - Feira	Quarta - Feira	Quinta – Feira	Sexta – Feira
<b>Pequeno - Almoço</b>	Leite simples e pão com manteiga	Leite simples e pão com manteiga	Leite simples e pão com manteiga	<b>FERIADO</b>	Leite simples e pão de mistura com manteiga
	Alergénios: Leite e Glúten	Alergénios: Leite e Glúten	Alergénios: Leite e Glúten		Alergénios: Leite e Glúten
<b>Lanche</b>	Leite simples e pão com fiambre de aves	Leite simples ou com cevada com pão com manteiga	logurte de aromas com fruta e Cereais de arroz tufado	<b>FERIADO</b>	logurte de aromas com pão de mistura com queijo
	Alergénios: Leite, Soja e Glúten	Alergénios: Leite e Glúten	Alergénios: derivados de Leite e Ovo		Alergénios: derivados de Leite e Glúten

Elaborado por Nutricionista:  
Simone Fernandes NºOP: 1432N