



Ementa Semanal

Creche / J.I. / 1º Ciclo

Ementa de 31 dez. 2018 a 4 jan. 2019

2ª Feira	O Colégio está encerrado
3ª Feira	Dia de Ano Novo
4ª Feira	O Colégio está encerrado
5ª Feira	Sopa – Feijão Prato – Salmão cozido com arroz de ervilhas e salada Douradinhos de pescada com arroz de tomate e salada (550 kcal) Sobremesa – Puré de fruta / Fruta da época Lanche – Cerelac / Papa de iogurte (Creche) Pão de mistura com fiambre e leite
6ª Feira	Sopa – Couve lombardo Prato – Frango estufado com massinhas e salada Massada de frango, cogumelos gratinada e salada (525 kcal) Sobremesa – Puré de fruta / Fruta da época Lanche – Cerelac / Papa de iogurte (Creche) Pão de mistura com doce e iogurte

As refeições podem conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: Cereais que contêm glúten, Ovos, Peixes, Soja, Leite, Aipo. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.