

Colégio Alfa-Beta



Ementa – Jardim de Infância e 1º Ciclo Semana de 22 a 26 de jan. 2024

2ª Feira	Sopa	Brócolos
	Prato	Lasanha de vitela
	Sobremesa	Fruta da época
	Lanche	Leite com cereais de trigo e/ou fruta
3ª Feira	Sopa	Alface
	Prato	Abrótea estufada com batata e legumes
	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
	Lanche	logurte aromas, pão de mistura com fiambre/manteiga e/ou fruta
4ª Feira	Sopa	Cenoura
	Prato	Frango com esparguete, ervilha e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época
	Lanche	Leite, pão de mistura com queijo/manteiga e/ou fruta
5ª Feira	Sopa	Feijão verde
	Prato	Bacalhau à Brás
	Sobremesa	Fruta da época
	Lanche	logurte aromas, pão de mistura com doce e/ou fruta
6ª Feira	Sopa	Alho francês
	Prato	Arroz de pato no forno
	Sobremesa	Fruta da época
	Lanche	logurte aromas, pão de mistura com doce e/ou fruta

O ALMOÇO é acompanhado por saladas frias de: alface, cenoura ralada e/ou tomate.

NOTA- A refeição contém ou pode conter os seguintes alergénios: 1- Cereais que contém glúten, 2- Crustáceos, 3- Ovos, 4- Peixe, 5- Amendoins, 6- Soja, 7- Leite, 8- Frutos de casca rijia, 9- Aipo, 10- Mostarda, 11- Sementes de sésamo, 12- Dióxido de enxofre e sulfitos, 13- Tremoços, 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas.

As ementas podem sofrer alterações por motivos imprevistos.