

Ementa

11 a 15 Janeiro

		Creche	Jl
2ª Feira	Sopa	Creme de legumes ⁽⁷⁾⁽⁹⁾	
	Prato	Carne de porco assada c/ esparguete ⁽¹⁾⁽³⁾ e salada mista	
	Sobremesa	Puré de maçã	Fruta da época

		Creche	Jl
3ª Feira	Sopa	Creme de abóbora ⁽⁷⁾	Abóbora ⁽⁷⁾
	Prato	Filetes de pescada gratinados c/ legumes ⁽¹⁾⁽⁴⁾⁽⁷⁾⁽⁹⁾⁽¹²⁾⁽¹⁴⁾ , arroz de ervilhas e salada mista	
	Sobremesa	Puré de pêra	Pudim ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁷⁾

		Creche	Jl
4ª Feira	Sopa	Creme de couve flor ⁽⁷⁾	Couve flor ⁽⁷⁾
	Prato	Empadão de batata c/ carne estufada ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽¹²⁾ e salada mista	
	Sobremesa	Puré de maçã c/ banana	Fruta da época

		Creche	Jl
5ª Feira	Sopa	Creme de couve lombarda ⁽⁷⁾	Grão c/ couve lombarda ⁽⁷⁾
	Prato	Arroz de peixe ⁽⁴⁾⁽¹⁴⁾ c/ salada mista	
	Sobremesa	Puré de pêra	Fruta da época

		Creche	Jl
6ª Feira	Sopa	Creme de espinafres ⁽⁷⁾⁽⁹⁾	Espinafres ⁽⁷⁾⁽⁹⁾
	Prato	Frango assado ⁽¹⁾⁽²⁾⁽³⁾⁽⁴⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁹⁾⁽¹²⁾ c/ massa lacinhos ⁽¹⁾⁽³⁾ , salada mista	
	Sobremesa	Puré de maçã	Fruta da época

Alergénios: (1) Glúten; (2) Crustáceos; (3) Ovo; (4) Peixe; (5) Amendoim; (6) Soja; (7) Leite; (8) Frutos de Casca; (9) Aipo; (10) Mostarda; (11) Sésamo; (12) Sulfitos; (13) Tremeço; (14) Moluscos

Dada a possibilidade de qualquer um dos componentes da refeição poderem conter resíduos de qualquer um dos alergénios e haver variantes nos ingredientes utilizados na confeção, consulte o responsável da unidade para mais informações.