

# Ementa

25 a 29 Janeiro

		<b>Creche</b>	<b>Jl</b>
2ª Feira	<b>Sopa</b>	Creme de juliana de legumes <sup>(7)(9)</sup>	Juliana de legumes <sup>(7)(9)</sup>
	<b>Prato</b>	Frango estufado c/ esparguete tricolor <sup>(1)(3)</sup> e salada mista	
	<b>Sobremesa</b>	Puré de maçã	Fruta da época

		<b>Creche</b>	<b>Jl</b>
3ª Feira	<b>Sopa</b>	Creme de espinafres <sup>(7)(9)</sup>	Espinafres <sup>(7)(9)</sup>
	<b>Prato</b>	Arroz de peixe <sup>(4)(14)</sup> c/ salada mista	
	<b>Sobremesa</b>	Puré de pêra	Pudim <sup>(1)(3)(7)</sup>

		<b>Creche</b>	<b>Jl</b>
4ª Feira	<b>Sopa</b>	Creme de couve flor <sup>(7)</sup>	Couve flor <sup>(7)</sup>
	<b>Prato</b>	Jardineira de peru c/ salada mista	
	<b>Sobremesa</b>	Puré de maçã c/ banana	Fruta da época

		<b>Creche</b>	<b>Jl</b>
5ª Feira	<b>Sopa</b>	Creme de abóbora <sup>(7)</sup>	Abóbora <sup>(7)</sup>
	<b>Prato</b>	Salada russa de atum c/ ovo <sup>(3)(4)</sup>	
	<b>Sobremesa</b>	Puré de pêra	Fruta da época

		<b>Creche</b>	<b>Jl</b>
6ª Feira	<b>Sopa</b>	Creme de couve coração <sup>(7)</sup>	Feijão c/ couve coração <sup>(7)</sup>
	<b>Prato</b>	Ovos mexidos <sup>(3)</sup> e salsicha <sup>(1)(6)(7)(9)(10)</sup> c/ arroz de ervilhas, batata frita e salada mista	
	<b>Sobremesa</b>	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) Tremoço; (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.