

**SEMANA DE 10 DE AGOSTO A 14 DE AGOSTO DE 2026**

EEPE	Segunda-feira - 10	Terça-feira - 11	Quarta-feira - 12	Quinta-feira - 13	Sexta-feira - 14
Sopa	Sopa de grão-de-bico	Creme de brócolos	Caldo Verde	Sopa de couve-flor	Sopa de feijão-verde
	Prato	Hambúrguer grelhado com esparguete ¹	Feijoada de lulas com arroz branco ^{1,4}	Chili (carne picada, cebola, alho francês, feijão preto, cenoura) com esparguete ¹	Red-fish no forno com batata assada ⁴
Salada/vegetais	Salada de tomate e alface	Couve branca e cenoura cozida	Salada de alface	Feijão verde cozido	Brócolos cozidos
Sobremesa	Nectarina	Melão	Gelatina	Pera	Laranja
Dieta	Bife de frango grelhado com esparguete ¹	Pescada cozida com arroz branco ⁴	Bife de frango grelhado com esparguete ¹	Red-fish ao natural com batata cozida ⁴	Bife de frango grelhado com arroz branco
lanche	logurte aromas ⁷	Leite com cereais ^{1,7, 6,5, 8 e 12}	Leite branco ⁷ /Pão com queijo ^{1 e 7}	logurte aromas ⁷	Leite branco ⁷ / Pão com manteiga ^{1 e 7}
	Pão com manteiga ^{1 e 7}			Pão com manteiga ^{1 e 7}	

Nota: Esta ementa pode sofrer alterações sem aviso prévio, por motivos de gestão de stock. A ementa de dieta é servida mediante solicitação prévia e apenas por questões de saúde.

Alergénios: Glúten¹; Crustráceos²; Ovo³; Peixe⁴; Amendoim⁵; Soja⁶; Leite⁷; Frutos de casca rija⁸; Aipo⁹; Mostarda¹⁰; Sementes de sésamo¹¹; Sulfitos¹²; Tremço¹³; Moluscos¹⁴.

Elaborado por:

Íris Fartura (Nutricionista)

6140N



**SEMANA DE 03 DE AGOSTO A 07 DE AGOSTO DE 2026**

CRECHE	Segunda-feira - 10	Terça-feira - 11	Quarta-feira - 12	Quinta-feira - 13	Sexta-feira - 14
Sopa	Sopa de grão-de-bico	Creme de brócolos	Sopa de agrião	Sopa de couve-flor	Sopa de feijão-verde
Prato	Hambúrguer grelhado com esparguete ¹	Feijoada de peixe com arroz branco ⁴	Dourada assada no forno com batata assada ⁴	Red-fish no forno com batata assada ⁴	Coxas de frango no forno com arroz de legumes
Salada/vegetais	Salada de tomate e alface	Couve branca e cenoura cozida	Brócolos cozidos	Feijão verde cozido	Brócolos cozidos
Sobremesa	Nectarina	Melão	Melancia	Pera	Laranja
Dieta	Bife de frango grelhado com esparguete ¹	Pescada cozida com arroz branco ⁴	Pescada com massa cozida ⁴	Red-fish ao natural com batata cozida ⁴	Bife de frango grelhado com arroz branco
Lanche 12/24m	logurte aromas ⁷ Pão com manteiga ^{1 e 7}	Papa láctea ^{1,7 e 12} Leite com cereais ^{1,7, 6,5, 8 e 12}	Leite branco ⁷ / Pão com doce abóbora ^{1,7 e 3}	logurte aromas ⁷ Pão com manteiga ^{1 e 7}	Papa láctea ^{1,7 e 12} Leite branco ⁷ / Pão com manteiga ^{1 e 7}

Nota: Esta ementa pode sofrer alterações sem aviso prévio, por motivos de gestão de stock. A ementa de dieta é servida mediante solicitação prévia e apenas por questões de saúde.

Alergénios: Glúten¹; Crustráceos²; Ovo³; Peixe⁴; Amendoim⁵; Soja⁶; Leite⁷; Frutos de casca rija⁸; Aipo⁹; Mostarda¹⁰; Sementes de sésamo¹¹; Sulfitos¹²; Tremçoço¹³; Moluscos¹⁴.

Elaborado por:

Elaborado por:

Íris Fartura (Nutricionista)

