



Associação Popular do Sobral de Monte Agraço

D.E.05

Edição 00



SEMANA 8											
		Segunda		Terça		Quarta		Quinta		Sexta	
Berçário	Sopa	4-6 m: Creme de couve-portuguesa		4-6 m: Creme de Juliana		4-6 m: Creme de couve branca		4-6 m: Creme de abóbora		4-6 m: Creme de cenoura e curgete	
	Sobremesa	Fruta da época		Fruta da época		Fruta da época		Fruta da época		Fruta da época	
	Lanche	Papa láctea ^{3,7}		Papa láctea ^{3,7}		Papa láctea ^{3,7}		Papa láctea ^{3,7}		Papa láctea ^{3,7}	
1/2 anos	Sopa	Sopa de feijão frade com couve-portuguesa		Sopa Juliana		Creme de couve branca		Sopa de abóbora e feijão branco		Creme de cenoura e curgete	
	Prato	Maruca cozida com batata cozida ¹¹	Couve lombarda cozida	Frango cozido com arroz	Salada de cenoura ralada	Redfish com batata cozida ¹¹	Salada de alface e tomate	Almôndegas de peru no forno com esparguete ³	Brócolos cozidos	Pescada cozida com arroz de cenoura ¹¹	Salada de pepino e tomate
	Sobremesa	Fruta da época		Fruta da época		Fruta da época		Fruta da época		Fruta da época	
	Lanche	Leite simples e pão com queijo flamengo ^{3,7}		Iogurte com cereais tipo cornflakes ⁷		Leite simples e pão com fiambre ^{3,7}		Iogurte e pão com manteiga ^{3,7}		Leite simples e pão com marmelada ^{3,5,7}	
Pré-escolar e CATL	Sopa	Sopa de feijão frade com couve-portuguesa		Sopa Juliana		Creme de couve branca		Sopa de abóbora e feijão branco		Creme de cenoura e curgete	
	Prato	Maruca cozida com batata cozida ¹¹	Couve lombarda cozida	Frango no forno com arroz de feijão	Salada de cenoura ralada	Caldeirada de choco ⁸	Salada de alface e tomate	Almôndegas de peru no forno com massa esparguete ³	Brócolos cozidos	Douradinhos de pescada no forno com arroz de cenoura ^{3, 11}	Salada de pepino e tomate
	Sobremesa	Fruta da época		Fruta da época		Fruta da época		Fruta da época ou pudim		Fruta da época	
	Lanche	Leite simples e pão com queijo flamengo ^{3,7}		Iogurte com cereais tipo cornflakes ⁷		Leite simples e pão com fiambre ^{3,7}		Iogurte e pão com manteiga ^{3,7}		Leite simples e pão com marmelada ^{3,5,7}	
Vegetariano **	Sopa	Sopa de feijão-frade com couve-portuguesa		Sopa Juliana		Creme de couve branca		Sopa de abóbora e feijão branco		Creme de cenoura e curgete	
	Prato	Lentilhas estufadas com tomate e batata	Couve lombarda cozida	Legumes assados com arroz de feijão	Salada de cenoura ralada	Caldeirada de grão	Salada de alface e tomate	Almôndegas vegetarianas estufadas com esparguete ³	Brócolos cozidos	Feijoada vegetariana com arroz de cenoura	Salada de pepino e tomate
	Sobremesa	Fruta da época		Fruta da época		Fruta da época		Fruta da época ou pudim		Fruta da época	
	Lanche	Leite simples e pão com queijo flamengo ^{3,7}		Iogurte com cereais tipo cornflakes ⁷		Leite simples e pão com queijo flamengo ^{3,7}		Iogurte e pão com manteiga ^{3,7}		Leite simples e pão com marmelada ^{3,5,7}	
Dieta	Sopa	Sopa de feijão-frade com couve-portuguesa		Sopa Juliana		Creme de couve branca		Sopa de abóbora e feijão branco		Creme de cenoura e curgete	
	Prato	Maruca cozida com batata cozida ¹¹	Couve lombarda cozida	Frango no forno com arroz de feijão	Salada de cenoura ralada	Redfish com batata cozida ¹¹	Salada de alface e tomate	Almôndegas de peru no forno com esparguete ³	Brócolos cozidos	Pescada cozida com arroz de cenoura ¹¹	Salada de pepino e tomate
	Sobremesa	Fruta da época		Fruta da época		Fruta da época		Fruta da época		Fruta da época	
	Lanche	Leite simples e pão com queijo flamengo ^{3,7}		Iogurte com cereais tipo cornflakes ⁷		Leite simples e pão com fiambre ^{3,7}		Iogurte e pão com manteiga ^{3,7}		Leite simples e pão com marmelada ^{3,5,7}	

Bebida: Água *Incluir: 1 pão de mistura (45g) ** Prato Ovulactovegetariano

Alergénios (identificados na ementa a negrito e com o respetivo número): (1) Aipo; (2) Amendoins; (3) Cereais que contêm glúten; (4) Crustáceos; (5) Dióxido de enxofre e sulfitos; (6) Frustos de casca rijia; (7) Leite; (8) Moluscos; (9) Mostarda; (10) Ovos (11) Peixe (12) Sementes de sésamo (13) Soja (14) Tremçoço

Nota: Ementa sujeita a alterações por motivos imprevistos. **Elaborado por:** Inês Curvelo (ASAL, SA.) | 5275N **Assinatura:**