



## Ementa PRÉ-ESCOLAR

Semana de 19/09/2022 a 23/09/2022

2ª FEIRA	ALMOÇO	LANCHE
Sopa	Feijão-verde	Pão com manteiga e leite achocolatado*/ leite branco 
Almoço	Empadão de atum e salada de tomate e cenoura ralada 	
Sobremesa	Fruta da época	
3ª FEIRA	ALMOÇO	LANCHE
Sopa	Canja	Pão com fiambre e iogurte sólido de aroma 
Almoço	Panados de porco com arroz de cenoura, salada de alface e beterraba 	
Sobremesa	Fruta da época	
4ª FEIRA		
<b>FERIADO</b>		
5ª FEIRA	ALMOÇO	LANCHE
Sopa	Grão e hortaliça	Leite com cereais 
Almoço	Massa à bolonhesa e salada de tomate e alface 	
Sobremesa	Fruta da época	
6ª FEIRA	ALMOÇO	LANCHE
Sopa	Creme de cenoura com espinafres	Pão com queijo e iogurte sólido de aroma 
Almoço	Filetes de pescada panados no forno com arroz de legumes e salada de alface e beterraba 	
Sobremesa	Fruta da época	

\*Leite achocolatado Parmalat com - 40% de açúcares adicionados (Leite escolar)

Nota 1: A ementa pode ser sujeita a alterações sem aviso prévio.

Nota 2: As refeições contêm ou podem conter as seguintes substâncias ou produtos seus derivados.

