

As nossas refeições

Semana 30 de março a 2 de abril

Lanche da Manhã	Almoço	Lanche Da tarde
2.ª feira Bolacha de milho e Maça	Sopa de Creme de cenoura Prato: Febras de porco de cebolada com arroz de feijão e salada de alface e cenoura Sobremesa: Fruta da época	Leite ⁷ Pão ¹ com manteiga ⁷
3.ª feira Pão ¹ com manteiga ⁷	Sopa de Feijão com espinafres Prato: Peixe Branco cozido com batata, brócolos e cenoura Sobremesa: Fruta da época	Iogurte ⁷ Pão ¹ com queijo
4.ª feira Bolacha de água e sal e Maça	Sopa de Juliana Prato: Arroz de aves com feijão-verde e cenoura Sobremesa: Fruta da época	Leite ⁷ Pão ¹ com chourição ⁷
5.ª feira Pão ¹ com manteiga ⁷	Sopa de Nabiça Prato: Bacalhau ⁴ à Brás ³ com salada de alface e cebola Sobremesa: Gelatina ou Fruta da época	Iogurte ⁷ Pão ¹ com queijo
6.ª feira	Feriado	



A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:

¹ Cereais que contêm glúten, ³ Ovos, ⁴ Peixes, ⁵ Amendoins, ⁶ Soja, ⁷ Leite, ⁸ Frutos de casaca rija, ⁹ Aipo, ¹² Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹⁴ Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.

Ângela Carvalho – Nutricionista (1484N)