Jardim-Escola João de Deus - Leiria

As nossas refeições

Semana 9 a 16 de novembro

Lanche da Manhã	Almoço	Lanche Da tarde
2.ª feira Bolacha de milho e Maça	**Sopa de** Juliana **Prato:** Pá de porco estufada com macarrão[1], brócolos e cenoura cozidos **Sobremesa:** Fruta da época	Leite[7] Pão[1] com manteiga[7]
3.ª feira Pão[1] com manteiga[7]	**Sopa de** Nabiça **Prato:** Bacalhau[4] cozido com batata, ovo[3] e grão **Sobremesa:** Fruta da época	Iogurte[7] Pão[1] com queijo
4.ª feira Bolacha de água e sal e Maça	**Sopa de** Grão com agrião **Prato:** Perna de peru no forno com arroz primavera **Sobremesa:** Fruta da época	Leite[7] Pão[1] com chouriço[7]
5.ª feira Pão[1] com manteiga[7]	**Sopa de** Feijão com couves **Prato:** Pescada[4] à Gomes de Sá **Sobremesa:** Leite creme[7] ou fruta da época	Iogurte[7] Pão[1] com queijo
6.ª feira Bolacha de milho e Maça	**Sopa de** Creme de ervilhas **Prato:** Frango na púcara com arroz branco **Sobremesa:** Fruta da época	Leite[7] Pão[1] com manteiga[7]



Ângela Carvalho – *Nutricionista* (1484N)

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.