



Semana 1

Data: ____/____/____

		3 - 7 meses	8 - 12 meses
2ª feira	Reforço manhã	PÊRA COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA, CEBOLA COM PERU	CREME DE BRÓCOLOS COM CARNE DE VACA TRITURADA
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
3ª feira	Reforço manhã	MAÇA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E NABO COM FRANGO	PURÉ DE ALHO-FRANCÊS COM PESCADA TRITURADA
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
4ª feira	Reforço manhã	BANANA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E NABIÇAS COM BORREGO	CREME DE FEIJÃO-VERDE COM PERU DESFIADO
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
5ª feira	Reforço manhã	MAÇA COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E NABO COM PERU	PURÉ DE CENOURA COM FILETES DE ABRÓTEA TRITURADOS
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
6ª feira	Reforço manhã	PERA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E ALHO-FRANCÊS COM FRANGO	CREME DE ESPINAFRES COM CARNE DE VITELA TRITURADA
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA

INFORMAÇÃO – ALERGÉNEOS: Informam-se todos os utentes que nas ementas podem constar ingredientes como: Cereais que contêm glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rija, e produtos à base de cereais, Mostarda, Aipo, Sementes de sésamo, assim como todos os produtos à base dos mesmos e Dióxido de enxofre e sulfitos. (Regulamento 1169/2011 de 25 de Outubro).



Semana 2

Data: ____/____/____

		3 - 7 meses	8 - 12 meses
2ª feira	Reforço manhã	MAÇA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E FEIJÃO-VERDE COM BORREGO	PURÉ DE FEIJÃO-VERDE E ABRÓTEA DESFIADA
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
3ª feira	Reforço manhã	BANANA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E CEBOLA COM FRANGO	CREME DE CENOURA COM BORREGO DESFIADO
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
4ª feira	Reforço manhã	PERA COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E ALFACE COM PERU	PURÉ DE ALHO-FRANCÊS COM PESCADA TRITURADA
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
5ª feira	Reforço manhã	MAÇA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E ESPINAFRE COM BORREGO	CREME DE NABIÇAS COM FRANGO
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
6ª feira	Reforço manhã	PERA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E BRÓCOLOS COM FRANGO	PURÉ DE LEGUMES COM PERCA TRITURADA
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA

INFORMAÇÃO – ALERGÉNEOS: Informam-se todos os utentes que nas ementas podem constar ingredientes como: Cereais que contêm glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rija, e produtos à base de cereais, Mostarda, Aipo, Sementes de sésamo, assim como todos os produtos à base dos mesmos e Dióxido de enxofre e sulfitos. (Regulamento 1169/2011 de 25 de Outubro).



Semana 3

Data: ____/____/____

		3 - 7 meses	8 - 12 meses
2ª feira	Reforço manhã	BANANA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E NABO COM FRANGO	PURÉ DE ABÓBORA E BRÓCOLOS COM FRANGO TRITURADO
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
3ª feira	Reforço manhã	PERA COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA, AGRIÃO COM PERU	PURÉ DE CENOURA e COUVE-FLOR COM ABRÓTEA TRITURADA
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
4ª feira	Reforço manhã	BANANA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E NABIÇAS COM BORREGO	CREME DE NABIÇAS COM BORREGO TRITURADO
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
5ª feira	Reforço manhã	MAÇA COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E CEBOLA COM FRANGO	PURÉ DE ABÓBORA COM FILETES DE PESCADA TRITURADA
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
6ª feira	Reforço manhã	PERA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E ALHO-FRANCÊS COM PERU	CREME DE COUVE-CORAÇÃO COM PERU TRITURADO
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA

INFORMAÇÃO – ALERGÊNEOS: Informam-se todos os utentes que nas ementas podem constar ingredientes como: Cereais que contêm glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rijas, e produtos à base de cereais, Mostarda, Aipo, Sementes de sésamo, assim como todos os produtos à base dos mesmos e Dióxido de enxofre e sulfitos. (Regulamento 1169/2011 de 25 de Outubro).



Semana 4

Data: ____/____/____

		3 - 7 meses	8 - 12 meses
2ª feira	Reforço manhã	MAÇA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA, ALFACE COM BORREGO	PURÉ DE BRÓCOLOS E ESPINAFRES COM FILETES TRITURADOS
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
3ª feira	Reforço manhã	BANANA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA, COUVE-FLOR E FRANGO	CREME DE COUVE-FLOR COM PEITO DE FRANGO DESFIADO
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
4ª feira	Reforço manhã	PERA COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA, BRÓCOLOS E PERU	PURÉ DE ABÓBORA COM PESCADA TRITURADA
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
5ª feira	Reforço manhã	MAÇA COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E ALHO-FRANCÊS COM BORREGO	CREME DE CENOURA E COUVE-CORAÇÃO COM CARNE DE VACA TRITURADA
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
6ª feira	Reforço manhã	PERA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E FEIJÃO-VERDE COM FRANGO	PURÉ DE FEIJÃO-VERDE E CEBOLA COM ABRÓTEA TRITURADA
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA

INFORMAÇÃO – ALERGÉNEOS: Informam-se todos os utentes que nas ementas podem constar ingredientes como: Cereais que contêm glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rija, e produtos à base de cereais, Mostarda, Aipo, Sementes de sésamo, assim como todos os produtos à base dos mesmos e Dióxido de enxofre e sulfitos. (Regulamento 1169/2011 de 25 de Outubro).



Semana 5

Data: ____/____/____

		3 - 7 meses	8 - 12 meses
2ª feira	Reforço manhã	PERA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E ALHO-FRANCÊS COM FRANGO	CREME DE LEGUMES COM FRANGO TRITURADO
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
3ª feira	Reforço manhã	MAÇA RALADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E ALFACE COM BORREGO	PURÉ DE ALFACE COM PESCADA TRITURADA
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
4ª feira	Reforço manhã	BANANA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E NABIÇAS COM PERU	CREME DE ALFACE COM VITELA TRITURADA
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
5ª feira	Reforço manhã	PERA COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E FEIJÃO-VERDE COM FRANGO	CREME DE NABO E COUVE-LOMBARDA COM ABRÓTEA TRITURADA
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
6ª feira	Reforço manhã	MAÇA COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E COUVE-FLOR COM PERU	PURÉ DE CENOURA E NABIÇAS COM BORREGO TRITURADO
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA

INFORMAÇÃO – ALERGÉNEOS: Informam-se todos os utentes que nas ementas podem constar ingredientes como: Cereais que contêm glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rija, e produtos à base de cereais, Mostarda, Aipo, Sementes de sésamo, assim como todos os produtos à base dos mesmos e Dióxido de enxofre e sulfitos. (Regulamento 1169/2011 de 25 de Outubro).



Semana 6

Data: ____/____/____

		3 - 7 meses	8 - 12 meses
2ª feira	Reforço manhã	MAÇÃ ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E BRÓCOLOS COM PERU	CREME DE ALHO-FRANCÊS COM PESCADA DESFIADA
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
3ª feira	Reforço manhã	BANANA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E CEBOLA COM BORREGO	PURÉ DE COUVE-FLOR E ABÓBORA COM PERU TRITURADO
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
4ª feira	Reforço manhã	PERA COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E NABIÇAS COM FRANGO	CREME DE BRÓCOLOS COM PERCA TRITURADA
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
5ª feira	Reforço manhã	MAÇÃ COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E ALHO-FRANCÊS COM PERU	PURÉ DE ABÓBORA E FRANGO TRITURADO
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
6ª feira	Reforço manhã	PERA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E COUVE-FLOR COM BORREGO	CREME DE COUVE-FLOR E ALFACE COM ABRÓTEA DESFIADA
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA

INFORMAÇÃO – ALERGÊNEOS: Informam-se todos os utentes que nas ementas podem constar ingredientes como: Cereais que contêm glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rija, e produtos à base de cereais, Mostarda, Aipo, Sementes de sésamo, assim como todos os produtos à base dos mesmos e Dióxido de enxofre e sulfitos. (Regulamento 1169/2011 de 25 de Outubro).



Semana 7

Data: ____/____/____

		3 - 7 meses	8 - 12 meses
2ª feira	Reforço manhã	PERA COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E AGRIÃO COM FRANGO	PURÉ DE CENOURA E NABIÇAS COM BORREGO TRITURADO
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
3ª feira	Reforço manhã	MAÇÃ ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E CEBOLA COM PERU	CREME DE ALHO FRANCÊS COM PESCADA TRITURADA
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
4ª feira	Reforço manhã	BANANA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E ESPINAFRES COM BORREGO	PURÉ DE COUVE-FLOR E BRÓCOLOS COM PERU TRITURADO
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
5ª feira	Reforço manhã	PERA COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA, COUVE-FLOR E FRANGO	CREME DE ABÓBORA E ALFACE COM ABRÓTEA TRITURADA
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
6ª feira	Reforço manhã	MAÇÃ COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E AGRIÃO COM PERU	PURÉ DE COUVE-FLOR COM FRANGO TRITURADO
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA

INFORMAÇÃO – ALERGÉNEOS: Informam-se todos os utentes que nas ementas podem constar ingredientes como: Cereais que contêm glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rijas, e produtos à base de cereais, Mostarda, Aipo, Sementes de sésamo, assim como todos os produtos à base dos mesmos e Dióxido de enxofre e sulfitos. (Regulamento 1169/2011 de 25 de Outubro).



Semana 8

Data: ____/____/____

		3 - 7 meses	8 - 12 meses
2ª feira	Reforço manhã	MAÇÃ ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E CEBOLA COM BORREGO	CREME DE NABIÇAS COM ABÓBORA E PERCA TRITURADA
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
3ª feira	Reforço manhã	PERA COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E FEIJÃO-VERDE COM FRANGO	PURÉ DE ALHO-FRANCÊS COM FRANGO TRITURADO
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
4ª feira	Reforço manhã	BANANA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E ALFACE COM PERU	CREME DE COUVE-LOMBARDA E CENOURA COM ABRÓTEA TRITURADA
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
5ª feira	Reforço manhã	MAÇA COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E AGRIÃO COM BORREGO	PURÉ DE NABIÇAS E CEBOLA COM VITELA TRITURADA
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
6ª feira	Reforço manhã	PERA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E ALHO-FRANCÊS COM FRANGO	CREME DE ABÓBORA E FEIJÃO-VERDE COM FILETES DE PESCADA
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA

INFORMAÇÃO – ALERGÉNEOS: Informam-se todos os utentes que nas ementas podem constar ingredientes como: Cereais que contêm glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rija, e produtos à base de cereais, Mostarda, Aipo, Sementes de sésamo, assim como todos os produtos à base dos mesmos e Dióxido de enxofre e sulfitos. (Regulamento 1169/2011 de 25 de Outubro).



Semana 9

Data: ____/____/____

		3 - 7 meses	8 - 12 meses
2ª feira	Reforço manhã	PERA COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E CEBOLA COM PERU	PURÉ DE CENOURA E BRÓCOLOS COM FRANGO TRITURADO
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
3ª feira	Reforço manhã	MAÇÃ ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E NABO COM FRANGO	CREME DE ABÓBORA COM PESCADA TRITURADA
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
4ª feira	Reforço manhã	BANANA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E NABIÇA COM BORREGO	PURÉ DE NABO E ALFACE COM BORREGO TRITURADO
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
5ª feira	Reforço manhã	PERA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E ALHO-FRANCÊS FRANGO	CREME DE ALHO FRANCÊS COM ABRÓTEA TRITURADA
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
6ª feira	Reforço manhã	PERA COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E BRÓCOLOS COM PERU	CREME DE LEGUMES COM PERÚ TRITURADO
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA

INFORMAÇÃO – ALERGÉNEOS: Informam-se todos os utentes que nas ementas podem constar ingredientes como: Cereais que contêm glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rijas, e produtos à base de cereais, Mostarda, Aipo, Sementes de sésamo, assim como todos os produtos à base dos mesmos e Dióxido de enxofre e sulfitos. (Regulamento 1169/2011 de 25 de Outubro).



Semana 10

Data: ____/____/____

		3 - 7 meses	8 - 12 meses
2ª feira	Reforço manhã	MAÇA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E ALFACE COM BORREGO	CREME DE CENOURA E FEIJÃO-VERDE COM PERCA DESFIADA
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
3ª feira	Reforço manhã	BANANA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E AGRIÃO COM FRANGO	PURÉ DE ALHO-FRANCÊS COM FRANGO
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
4ª feira	Reforço manhã	PERA COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E ESPINAFRE COM PERU	CREME DE ABÓBORA E BRÓCOLOS COM ABRÓTEA TRITURADA
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
5ª feira	Reforço manhã	MAÇÃ COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E FEIJÃO-VERDE COM BORREGO	PURÉ DE CEBOLA, CENOURA E NABIÇAS COM PERU TRITURADO
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
6ª feira	Reforço manhã	PERA COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA, BRÓCOLOS COM FRANGO	CREME DE CENOURA COM BRÓCOLOS E PESCADA TRITURADA
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA

INFORMAÇÃO – ALERGÉNEOS: Informam-se todos os utentes que nas ementas podem constar ingredientes como: Cereais que contêm glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rijas, e produtos à base de cereais, Mostarda, Aipo, Sementes de sésamo, assim como todos os produtos à base dos mesmos e Dióxido de enxofre e sulfitos. (Regulamento 1169/2011 de 25 de Outubro).



Semana 11

Data: ____/____/____

		3 - 7 meses	8 - 12 meses
2ª feira	Reforço manhã	PÊRA COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA, CEBOLA COM PERU	CREME DE BRÓCOLOS COM CARNE DE VACA TRITURADA
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
3ª feira	Reforço manhã	MAÇA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E NABO COM FRANGO	PURÉ DE ALHO-FRANCÊS COM PESCADA TRITURADA
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
4ª feira	Reforço manhã	BANANA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E NABIÇAS COM BORREGO	CREME DE FEIJÃO-VERDE COM PERU DESFIADO
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
5ª feira	Reforço manhã	MAÇA COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E NABO COM PERU	PURÉ DE CENOURA COM FILETES DE ABRÓTEA TRITURADOS
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
6ª feira	Reforço manhã	PERA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E ALHO-FRANCÊS COM FRANGO	CREME DE ESPINAFRES COM FRANGO TRITURADO
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA

INFORMAÇÃO – ALERGÉNEOS: Informam-se todos os utentes que nas ementas podem constar ingredientes como: Cereais que contêm glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rija, e produtos à base de cereais, Mostarda, Aipo, Sementes de sésamo, assim como todos os produtos à base dos mesmos e Dióxido de enxofre e sulfitos. (Regulamento 1169/2011 de 25 de Outubro).



Semana 12

Data: ____/____/____

		3 - 7 meses	8 - 12 meses
2ª feira	Reforço manhã	MAÇA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E FEIJÃO-VERDE COM BORREGO	PURÉ DE FEIJÃO-VERDE COM PESCADA TRITURADA
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
3ª feira	Reforço manhã	BANANA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E CEBOLA COM FRANGO	CREME DE CENOURA COM BORREGO DESFIADO
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
4ª feira	Reforço manhã	PERA COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E ALFACE COM PERU	PURÉ DE ALHO-FRANCÊS COM ABRÓTEA DESFIADA
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA
5ª feira	Reforço manhã	MAÇÃ ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	ABÓBORA, BATATA E ESPINAFRE COM BORREGO	CREME DE NABIÇAS COM FRANGO DESFIADO
	Lanche	PAPA	IOGURTE NATURAL C/FRUTA ESMAGADA E BOLACHA-MARIA
6ª feira	Reforço manhã	PERA ESMAGADA	FRUTA DA ÉPOCA
	Prato	CENOURA, BATATA E BRÓCOLOS COM FRANGO	PURÉ DE LEGUMES COM FILETES DE PESCADA TRITURADOS
	Lanche	PAPA	PAPA LÁCTEA

INFORMAÇÃO – ALERGÊNEOS: Informam-se todos os utentes que nas ementas podem constar ingredientes como: Cereais que contêm glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rija, e produtos à base de cereais, Mostarda, Aipo, Sementes de sésamo, assim como todos os produtos à base dos mesmos e Dióxido de enxofre e sulfitos. (Regulamento 1169/2011 de 25 de Outubro).