

**SEMANA DE 03 DE AGOSTO A 07 DE AGOSTO DE 2026**

EEPE	Segunda-feira - 03	Terça-feira - 04	Quarta-feira - 05	Quinta-feira - 06	Sexta-feira - 07
Sopa	Canja	Sopa de feijão-encarnado	Sopa de agrião	Creme de cenoura	Sopa de couve portuguesa
Prato	Filetes de perca com arroz de tomate ⁴	Lasanha de carne com legumes ¹	Dourada assada no forno com batata assada ⁴	Tiras de frango com massa ¹	Atum e ovo cozido com salada russa (batata) ^{3,4}
Salada/vegetais	Feijão verde cozido	Salada de alface	Brócolos cozidos	Legumes salteados	Macedónia de legumes
Sobremesa	Nectarina	Gelatina	Melancia	Pera	Laranja
Dieta	Filete de perca cozida com arroz branco ⁴	Bife de frango grelhado com batata cozida	Pescada com massa cozida ⁴	Bife de frango cozido com massa ¹	Robalo ao natural com batata cozida ⁴
lanche	logurte aromas ⁷ Pão com manteiga ^{1 e 7}	Leite com cereais ^{1,7, 6,5, 8 e 12}	Leite branco ⁷ /Pão com queijo ^{1 e 7}	logurte aromas ⁷ Pão com manteiga ^{1 e 7}	Leite branco ⁷ / Pão com manteiga ^{1 e 7}

Nota: Esta ementa pode sofrer alterações sem aviso prévio, por motivos de gestão de stock. A ementa de dieta é servida mediante solicitação prévia e apenas por questões de saúde.

Alergénios: Glúten¹; Crustráceos²; Ovo³; Peixe⁴; Amendoim⁵; Soja⁶; Leite⁷; Frutos de casca rija⁸; Aipo⁹; Mostarda¹⁰; Sementes de sésamo¹¹; Sulfitos¹²; Tremoço¹³; Moluscos¹⁴.

Elaborado por:

Íris Fartura (Nutricionista)

6140N



**SEMANA DE 03 DE AGOSTO A 07 DE AGOSTO DE 2026**

CRECHE	Segunda-feira -03	Terça-feira - 04	Quarta-feira - 05	Quinta-feira - 06	Sexta-feira – 07
Sopa	Canja	Sopa de feijão-encarnado	Sopa de agrião	Creme de cenoura	Sopa de couve portuguesa
Prato	Filetes de perca com arroz de tomate ⁴	Lasanha de carne com legumes ¹	Dourada assada no forno com batata assada ⁴	Tiras de frango com massa ¹	Atum e ovo cozido com salada russa (batata) ^{3,4}
Salada/vegetais	Feijão verde cozido	Salada de alface	Brócolos cozidos	Legumes salteados	Macedónia de legumes
Sobremesa	Nectarina	Gelatina	Melancia	Pera	Laranja
Dieta	Solha grelhada com arroz branco ⁴	Bife de frango grelhado com batata cozida	Pescada com massa cozida ⁴	Bife de frango cozido com massa ¹	Robalo ao natural com batata cozida ⁴
Lanche 12/24m	logurte aromas ⁷	Papa láctea ^{1,7 e 12}	Leite branco ⁷ / Pão com doce abóbora ^{1,7 e 3}	logurte aromas ⁷	Papa láctea ^{1,7 e 12}
	Pão com manteiga ^{1 e 7}	Leite com cereais ^{1,7, 6,5, 8 e 12}		Pão com manteiga ^{1 e 7}	Leite branco ⁷ / Pão com manteiga ^{1 e 7}

Nota: Esta ementa pode sofrer alterações sem aviso prévio, por motivos de gestão de stock. A ementa de dieta é servida mediante solicitação prévia e apenas por questões de saúde.

Alergénios: Glúten¹; Crustráceos²; Ovo³; Peixe⁴; Amendoim⁵; Soja⁶; Leite⁷; Frutos de casca rija⁸; Aipo⁹; Mostarda¹⁰; Sementes de sésamo¹¹; Sulfitos¹²; Tremoço¹³; Moluscos¹⁴.

Elaborado por:

Elaborado por:

Íris Fartura (Nutricionista)

