

2ª feira

- ★ **Creme de feijão-verde (com frango*)**
- ★ **Ovos mexidos e arroz com brócolos** ② ③
- ★ **Fruta da época**

- ★ **Papa de maçã e bolacha maria** ① ② ③ ⑨ ⑬ (Creche 1)
- ★ **Leite com cevada** ① ② e **pão com doce** ① (Creche 2)

3ª feira

- ★ **Creme de cenoura (com pescada*^⑩)**
- ★ **Couscous com atum, courgette, cebola e tomate** ① ⑩
- ★ **Fruta da época**

- ★ **Farinha láctea / Flocos de cereais com leite** ① ② (Creche 1)
- ★ **Leite simples** ① e **pão com creme de cacau** ① ② ④ ⑥ (Creche 2)

4ª feira

- ★ **Creme de couve coração (com peru*)**
- ★ **Guisado de vitela com cenoura, ervilhas e batata**
- ★ **Fruta da época**

- ★ **Papa de pera e bolacha maria** ① ② ③ ⑨ ⑬ (Creche 1)
- ★ **Leite com cevada** ① ② e **pão com fiambre** ① ② ⑥ (Creche 2)

5ª feira

- ★ **Creme de couve-flor (com peru)**
- ★ **Bife de peru grelhado, massa e cenoura ralada** ① ③ ⑬
- ★ **Fruta da época**

- ★ **Farinha láctea / Flocos de cereais com leite** ① ② (Creche 1)
- ★ **Pão com manteiga** ① ② e **fruta da época** (Creche 2)

6ª feira

- ★ **Creme de legumes (com peixe-espada*^⑩)**
- ★ **Salmão no forno, arroz branco e salada de alface** ⑩ ⑬
- ★ **Fruta da época**

- ★ **Papa de banana e bolacha maria** ① ② ③ ⑨ ⑬ (Creche 1)
- ★ **Leite com cevada** ① ② e **pão com queijo** ① ② ③ (Creche 2)

Menu da Semana Creche

COMPOSIÇÃO EM ALERGÉNIOS

Contém ou pode conter vestígios de:

- ① Cereais que contêm glúten ou produtos à base destes cereais; ② Leite ou produtos à base de leite; ③ Ovos ou produtos à base de ovos; ④ Frutos de casca rija (amêndoas, avelãs, nozes, castanhas de caju, nozes pecã, castanhas do Brasil, pistácios, nozes de macadâmia ou do Queensland) ou produtos à base de frutos de casca rija; ⑤ Amendoins ou produtos à base de amendoins; ⑥ Soja ou produtos à base de soja; ⑦ Aipo ou produtos à base de aipo; ⑧ Mostarda ou produtos à base de mostarda; ⑨ Sementes de sésamo ou produtos à base de sementes de sésamo; ⑩ Peixes ou produtos à base de peixe; ⑪ Moluscos ou produtos à base de moluscos; ⑫ Crustáceos ou produtos à base de crustáceos; ⑬ Dióxido de enxofre ou sulfitos; ⑭ Tremoço ou produtos à base de tremoço.

Informação apresentada conforme Regulamento (UE) nº 1169/2011, de 25 de Outubro (e retificações), com base na informação disponibilizada pelos nossos fornecedores, e revista regularmente. Não podemos excluir a possibilidade de presença accidental de outros alergénios, introduzidos no processo de produção / serviço.

NOTA: ★ **Almoço** ★ **Lanche** * Carne ou peixe adicionados nas sopas, dos 7 aos 12 meses

Ementa elaborada pela Nutricionista da ACR de Forneiros, sujeita a alterações, por motivos alheios à Instituição.

(1) V4.1 / Mar 2019