

## 2ª feira

- ★ **Creme de feijão-verde (com peru\*)**
- ★ **Arroz de carne (porco) com cenoura e ervilhas, e salada de tomate** ⑬
- ★ **Fruta da época**
  - ★ **Papa de maçã e bolacha maria** ① ② ③ ⑥ ⑨ ⑬ (Creche 1 e 2\*\*\*)
  - ★ **Leite com cevada** ① ② e **pão com doce** ① (Creche 2)

## 3ª feira

- ★ **Creme de cenoura (com pescada\* ⑩)**
- ★ **Pescada e batata cozidas, com brócolos e cenoura salteados** ⑩ ⑬
- ★ **Fruta da época**
  - ★ **Farinha láctea / Flocos de cereais com leite\*\*** ① ② (Creche 1 e 2\*\*\*)
  - ★ **Leite simples** ① e **pão com manteiga** ① ② (Creche 2)

## 4ª feira

- ★ **Creme de couve coração (com frango\*)**
- ★ **Frango no forno, arroz de cenoura e feijão-verde cozido**
- ★ **Fruta da época**
  - ★ **Papa de pera e bolacha maria** ① ② ③ ⑥ ⑨ ⑬ (Creche 1 e 2\*\*\*)
  - ★ **Leite com cevada** ① ② e **pão com fiambre** ① ② ⑥ (Creche 2)

## 5ª feira

- ★ **Creme de couve-flor (com perca\* ⑩ ⑪ ⑫)**
- ★ **Perca e batata no forno, e salada de alface** ⑩ ⑪ ⑫ ⑬
- ★ **Fruta da época**
  - ★ **Farinha láctea / Flocos de cereais com leite\*\*** ① ② (Creche 1 e 2\*\*\*)
  - ★ **Leite com cevada** ① ② e **pão com queijo** ① ② ③ (Creche 2)

## 6ª feira

- ★ **Creme de legumes (com frango\*)**
- ★ **Massa de vitela, grão, cenoura e couve coração** ① ③
- ★ **Fruta da época**
  - ★ **Papa de banana e bolacha maria** ① ② ③ ⑥ ⑨ ⑬ (Creche 1 e 2\*\*\*)
  - ★ **Pão com manteiga** ① ② e **fruta da época** (Creche 2)

NOTA: ★ **Almoço** ★ **Lanche** \* Carne ou peixe adicionados nas sopas, dos 7 aos 12 meses; \*\* a partir dos 18 meses. \*\*\* até 30/12/2020  
 Ementa elaborada pela Nutricionista da ACR de Fornelos (Rita Silva, Cédula Profissional nº1384N), sujeita a alterações, por motivos alheios à ACRF. (2) V5.4 / Nov 2020

### 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 Tremçoço ou produtos à base de tremçoço.

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.