



ABC DE BUSTOS

Ementa sala dos bebés de 1 a 2 anos

Semana de 31 de Outubro a 04 de Novembro de 2016

	L. Manhã	Almoço	Lanche
2ª Feira 31-Outubro	Fruta Pão simples ¹	Sopa: de abrótea ⁴ Prato: Arroz simples de peixe ⁴ Salada de alface e tomate Sobremesa: Pera	Papa de iogurte com bolacha e fruta/ ^{1;7} Iogurte, bolacha e fruta ^{1;7}
3ª Feira 01-Novembro	Fruta Pão simples ¹	Sopa: Prato: FERIADO Sobremesa:	
4ª Feira 02-Novembro	Fruta Pão simples ¹	Sopa: de pescada ⁴ Prato: Pescada cozida com batata e legumes cozidos ⁴ Sobremesa: Pera	Papa de iogurte com bolacha e fruta/ ^{1;7} Iogurte, bolacha e fruta ^{1;7}
5ª Feira 03-Novembro	Fruta Pão simples ¹	Sopa: de frango Prato: Carne de porco estufado simples com batata cozida Salada de alface e tomate Sobremesa: Laranja	Cerelac Maçãs ^{1;7}
6ª Feira 04-Novembro	Fruta Pão simples ¹	Sopa: de abrótea ⁴ Prato: Peixe vermelho no forno ao natural com arroz Primavera ⁴ Salada de alface Sobremesa: Banana	Cerelac Simples / Nestum ^{1;7}

Nota: Esta ementa pode ser sujeita a alterações

Responsável : LINA ROQUE (NUTRICIONISTA)

PARA UMA ALIMENTAÇÃO SAUVAEL... AGORA QUE AS FÉRIAS TERMINARAM E AS BATERIAS ESTÃO RECARREGADAS, APROVEITA O REGRESSO À ROTINA DE TRABALHO/ESCOLA PARA INCUTIR NOVOS HÁBITOS JUNTO DA SUA FAMÍLIA: COMER MELHOR E MEXER-SE MAIS SERÃO OS OBJECTIVOS PARA MAIS ESTE NOVO ANO!

Cédula Profissional nº 877N – Ordem dos Nutricionistas

“Os produtos confeccionados nesta instituição podem conter na sua formulação os seguintes alergénios: 1.Glúten, 2.Crustáceos, 3.Ovo, 4.Peixe, 5.Amendins, 6.Soja, 7.Leite e Derivados, 9.Frutos de Casca Rija, 10.Aipo e Derivados, 11.Mostarda e Derivados, 12.Sementes de Sésamo, 13.SO2 e Sulfitos, 14.Tremoço e 15.Moluscos”