

## 1ª Semana

<b>2ª.Feira</b>	<b>Sopa</b>	<b>3 - 6 m</b>	Creme de cenoura (cenoura, cebola, alho, batata, abóbora)
		<b>7 - 11 m</b>	Creme de cenoura e alface com peru
	<b>Sobr.</b>		Pêra ralada

<b>3ª.Feira</b>	<b>Sopa</b>	<b>3 - 6 m</b>	Creme de curgete (curgete, cenoura, cebola, alho)
		<b>7 - 11 m</b>	Creme de curgete e nabiças com abrótea <sup>(4)</sup>
	<b>Sobr.</b>		Banana esmagada

<b>4ª.Feira</b>	<b>Sopa</b>	<b>3 - 6 m</b>	Creme de abóbora (abóbora, cenoura, alho, batata, cebola)
		<b>7 - 11 m</b>	Creme de abóbora e espinafres com coelho
	<b>Sobr.</b>		Maçã cozida esmagada

<b>5ª.Feira</b>	<b>Sopa</b>	<b>3 - 6 m</b>	Creme de cenoura (cenoura, alho, abóbora, cebola)
		<b>7 - 11 m</b>	Creme de couve flor e brócolos com pescada <sup>(4)</sup>
	<b>Sobr.</b>		Pêra cozida esmagada

<b>6ª.Feira</b>	<b>Sopa</b>	<b>3 - 6 m</b>	Creme de curgete (curgete, cebola, alho, batata, cenoura)
		<b>7 - 11 m</b>	Creme de alho francês e agrião com frango
	<b>Sobr.</b>		Banana esmagada

## 2ª Semana

<b>2ª. Feira</b>	<b>Sopa</b>	<b>3 - 6 m</b>	Creme de cenoura (abóbora, cenoura, batata, alho, cebola)
		<b>7 - 11 m</b>	Creme de cenoura e couve coração com red-fish <sup>(4)</sup>
	<b>Sobr.</b>		Maçã ralada

<b>3ª. Feira</b>	<b>Sopa</b>	<b>3 - 6 m</b>	Creme de curgete (curgete, alho, cebola, cenoura)
		<b>7 - 11 m</b>	Creme de alho francês e espinafres com peru
	<b>Sobr.</b>		Pêra cozida ralada

<b>4ª. Feira</b>	<b>Sopa</b>	<b>3 - 6 m</b>	Creme de abóbora (batata, abóbora, alho, cenoura, cebola)
		<b>7 - 11 m</b>	Creme de couve flor e nabiças com corvina <sup>(4)</sup>
	<b>Sobr.</b>		Banana esmagada

<b>5ª. Feira</b>	<b>Sopa</b>	<b>3 - 6 m</b>	Creme de cenoura (cenoura, curgete, alho, abóbora)
		<b>7 - 11 m</b>	Creme de cenoura e alface com coelho
	<b>Sobr.</b>		Maçã assada esmagada

<b>6ª. Feira</b>	<b>Sopa</b>	<b>3 - 6 m</b>	Creme de abóbora (batata, abóbora, cenoura, alho, cebola)
		<b>7 - 11 m</b>	Creme de abóbora e repolho com pescada <sup>(4)</sup>
	<b>Sobr.</b>		Pêra cozida esmagada



## EMENTA



### 3ª Semana

2ª Feira	Sopa	3 - 6 m	Creme de cenoura (batata, cenoura, abóbora, alho, cebola)
		7 - 11 m	Creme de couve flor e feijão verde com coelho
	Sobr.		Banana esmagada

3ª Feira	Sopa	3 - 6 m	Creme de curgete (curgete, cenoura, batata, cebola)
		7 - 11 m	Creme de cenoura e grelos com maruca <sup>(4)</sup>
	Sobr.		Maçã cozida esmagada

4ª Feira	Sopa	3 - 6 m	Creme de abóbora (batata, abóbora, cenoura, cebola, alho)
		7 - 11 m	Creme de abóbora e brócolos com frango
	Sobr.		Pêra ralada

5ª Feira	Sopa	3 - 6 m	Creme de cenoura (curgete, cenoura, abóbora, alho)
		7 - 11 m	Creme de cenoura e alho francês com perca <sup>(4)</sup>
	Sobr.		Banana esmagada

6ª Feira	Sopa	3 - 6 m	Creme de curgete (curgete, batata, cenoura, cebola, alho)
		7 - 11 m	Creme de curgete e couve de bruxelas com peru
	Sobr.		Maçã ralada

Alergénios: (1) Glúten; (2) Crustáceos; (3) Ovo; (4) Peixe; (5) Amendoim; (6) Soja; (7) Leite; (8) Frutos de Casca; (9) Aipo; (10) Mostarda; (11) Sésamo; (12) Sulfitos; (13) Tremoço; (14) Moluscos.

## 4ª Semana

<b>2ª. Feira</b>	<b>Sopa</b>	<b>3 - 6 m</b>	Creme de cenoura (abóbora, cenoura, alho, batata, cebola)
		<b>7 - 11 m</b>	Creme de cenoura e nabiças com pescada <sup>(4)</sup>
	<b>Sobr.</b>		Pêra cozida esmagada

<b>3ª. Feira</b>	<b>Sopa</b>	<b>3 - 6 m</b>	Creme de abóbora (curgete, abóbora, cenoura, alho)
		<b>7 - 11 m</b>	Creme de abóbora e feijão verde com peru
	<b>Sobr.</b>		Banana esmagada

<b>4ª. Feira</b>	<b>Sopa</b>	<b>3 - 6 m</b>	Creme de curgete (batata, cenoura, curgete, cebola, alho)
		<b>7 - 11 m</b>	Creme de curgete e couve coração com abrótea <sup>(4)</sup>
	<b>Sobr.</b>		Maçã cozida esmagada

<b>5ª. Feira</b>	<b>Sopa</b>	<b>3 - 6 m</b>	Creme de cenoura (cenoura, abóbora, cebola, alho)
		<b>7 - 11 m</b>	Creme de alho francês e repolho com coelho
	<b>Sobr.</b>		Pêra ralada

<b>6ª. Feira</b>	<b>Sopa</b>	<b>3 - 6 m</b>	Creme de curgete (cenoura, curgete, abóbora, cebola, batata)
		<b>7 - 11 m</b>	Creme de couve flor e agrião com badejo <sup>(4)</sup>
	<b>Sobr.</b>		Banana esmagada



## EMENTA



### 5ª Semana

2ª.Feira	Sopa	3 - 6 m	Creme de cenoura (cenoura, cebola, batata, alho, abóbora)
		7 - 11 m	Creme de alho francês e couve coração com peru
	Sobr.		Maçã assada esmagada

3ª.Feira	Sopa	3 - 6 m	Creme de abóbora (abóbora, cebola, cenoura, alho)
		7 - 11 m	Creme de abóbora e grelos com pescada <sup>(4)</sup>
	Sobr.		Pêra ralada

4ª.Feira	Sopa	3 - 6 m	Creme de curgete (curgete, batata, cenoura, alho, cebola)
		7 - 11 m	Creme de curgete e couve de bruxelas com frango
	Sobr.		Banana esmagada

5ª.Feira	Sopa	3 - 6 m	Creme de cenoura (batata, cenoura, alho, cebola)
		7 - 11 m	Creme de couve flor e feijão verde com abrótea <sup>(4)</sup>
	Sobr.		Maçã cozida esmagada

6ª.Feira	Sopa	3 - 6 m	Creme de abóbora (abóbora, cenoura, curgete, cebola, alho)
		7 - 11 m	Creme de abóbora e couve portuguesa com coelho
	Sobr.		Banana esmagada

Alergénios: (1) Glúten; (2) Crustáceos; (3) Ovo; (4) Peixe; (5) Amendoim; (6) Soja; (7) Leite; (8) Frutos de Casca; (9) Aipo; (10) Mostarda; (11) Sésamo; (12) Sulfitos; (13) Tremeço; (14) Moluscos.



## EMENTA



### 6ª Semana

2ª. Feira	Sopa	3 - 6 m	Creme de cenoura (batata, cenoura, abóbora, alho, cebola)
		7 - 11 m	Creme de cenoura e agrião com maruca <sup>(4)</sup>
	Sobr.		Pêra cozida esmagada

3ª. Feira	Sopa	3 - 6 m	Creme de abóbora (curgete, cenoura, abóbora, cebola)
		7 - 11 m	Creme de abóbora e grelos com frango
	Sobr.		Banana esmagada

4ª. Feira	Sopa	3 - 6 m	Creme de curgete (batata, curgete, cenoura, cebola, alho)
		7 - 11 m	Creme de alho francês e nabiças com pescada <sup>(4)</sup>
	Sobr.		Maçã cozida esmagada

5ª. Feira	Sopa	3 - 6 m	Creme de cenoura (batata, cenoura, cebola, abóbora)
		7 - 11 m	Creme de couve flor e espinafres com peru
	Sobr.		Pêra ralada

6ª. Feira	Sopa	3 - 6 m	Creme de abóbora (curgete, abóbora, cebola, cenoura, alho)
		7 - 11 m	Creme de cenoura e repolho com badejo <sup>(4)</sup>
	Sobr.		Banana esmagada