



## Ementa Centro de Dia

		Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
		14/11/2022	15/11/2022	16/11/2022	17/11/2022	18/11/2022
<b>Pequeno-almoço</b>		Leite com cevada, café ou chá <sup>1;7</sup> + Pão com manteiga <sup>1;7</sup>	Leite com cevada, café ou chá <sup>1;7</sup> + Pão com manteiga <sup>1;7</sup>	Leite com cevada, café ou chá <sup>1;7</sup> + Pão com manteiga <sup>1;7</sup>	Leite com cevada, café ou chá <sup>1;7</sup> + Pão com manteiga <sup>1;7</sup>	Leite com cevada, café ou chá <sup>1;7</sup> + Pão com manteiga <sup>1;7</sup>
<b>Almoço</b>	<b>Sopa</b>	Sopa Juliana	Creme de Cenoura	Caldo Verde <sup>12</sup>	Canja <sup>1;3</sup>	Sopa de feijão e couve
	<b>Prato principal</b>	Rancho <sup>1;12</sup> Couve cozida	Peixe vermelho no forno. <sup>4</sup> Arroz branco Salada de tomate e pepino	Pá de porco guisada com cotevelinhos <sup>1,2</sup> Salada de alface	Rissóis de peixe <sup>1,2,3,4</sup> e arroz de cenoura Salada de alface e milho	Frango assado no forno com puré de batata <sup>1;3;7</sup> Brócolos cozidos
	<b>Sobremesa</b>	Laranja	Banana	Maçã	Mousse de Chocolate	Pêra
<b>Lanche</b>		Leite com cevada, café ou chá <sup>1;7</sup> + Pão com marmelada <sup>1</sup>	logurte <sup>7</sup> + Pão de leite <sup>1,3,6,7,8</sup>	Leite com cevada, café ou chá <sup>1;7</sup> + Pão com fiambre <sup>1;6;7;13</sup>	Leite com cevada, café ou chá <sup>1;7</sup> + Pão com queijo <sup>1;7</sup>	Cereais com leite <sup>1;6;7</sup>

**Nota:** Ementa sujeita a alteração.

### Lista de Alergénios

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Ovos	Peixes	Amendoins	Soja	Leite (incluindo lactose)	Frutos de casca rija	Alpico	Mostarda	Sementes de sésamo	Dióxido de enxofre e sulfitos em concentrações superiores a 10mg/kg ou 10mg/l	Tremoço	Moluscos