casba

EMENTA

SEMANA DE 1 DE ABRIL A 5 DE ABRIL

2ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de alface (com perca) (4) Perca com arroz e couve-flor (4) Banana	Lanche	Iogurte de aroma + Pão de mistura (com ou sem manteiga) (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa	Sopa de alface Pastéis de bacalhau com arroz de tomate e salada (1,3,4,12) Bacalhau cozido com batata cozida e salada (4) Banana	Lanche	Iogurte de aroma + Pão de mistura com manteiga (1,7)
3ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de alho-francês (com peru) Peru com massa e cenoura (1) Tangerina	Lanche	Papa láctea (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa	Sopa Juliana Perna de peru assada com massa e salada (1) Bife de peru grelhado com massa e salada (1) Tangerina	Lanche	Leite meio-gordo simples + Pão de mistura com doce sem adição de açúcar (1,7)
4ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de couve-flor (com pescada) (4) Pescada com batata e brócolos (4) Pera	Lanche	Iogurte de aroma + Pão de mistura (com ou sem manteiga) (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa	Sopa de feijão-branco e nabiças Filetes de pescada à Gomes de Sá com legumes (3,4) Filetes de pescada cozidos com batata cozida e legumes (4) Pera	Lanche	Iogurte de aroma + Pão de mistura com chourição (1,6,7,12)
5ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de abobora e agrião (com vitela) Vitela com massa e feijão-verde (1) Maçã	Lanche	Papa láctea (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Sobremesa	Creme de abóbora e hortelã Bife de frango panado com batatas fritas (1,3) Maçã	Lanche	Leite meio-gordo simples + Pão de mistura com manteiga (1,7)
6ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de brócolos (com salmão) (4) Salmão com arroz e couve-coração (4) Laranja	Lanche	Iogurte de aroma + Pão de mistura (com ou sem manteiga) (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa	Sopa de brócolos Arroz de peixe com legumes (4) Arroz simples de peixe com legumes (4) Laranja	Lanche	Sumo 100% fruta + Pão de mistura com queijo (1,7)

Notas:

A ementa está sujeita a alterações por razões operacionais.

O iogurte natural não tem adição de açúcar até aos 2 anos (inclusive). Reforço da manhã: fruta. Reforço da tarde: fruta ou bolacha.

Alergénios: 1 – glúten; 2 – crustáceos; 3 – ovo; 4 – peixe; 5 – amendoim; 6 – soja; 7 – leite; 8 – frutos de casca rija; 9 – aipo; 10 – mostarda; 11 – sésamo; 12 – sulfitos; 13 – tremoço; 14 – moluscos.

Elaborado pela nutricionista Patrícia Abreu (2017N).

IMP139.01

casba

EMENTA

SEMANA DE 8 DE ABRIL A 12 DE ABRIL

2ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de curgete e alho-francês (com peru) Peru com massa e cenoura (1) Pera	Lanche	Papa láctea (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa	Creme de legumes Hambúrguer de peru de cebolada com massa e salada (1) Hambúrguer de peru grelhado com massa e salada (1) Pera	Lanche	Leite meio-gordo simples + Pão de mistura com manteiga (1,7)
3ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de batata-doce e chuchu (com tamboril) (4) Tamboril com batata e couve-coração (4) Banana	Lanche	Iogurte de aroma + Pão de mistura (com ou sem manteiga) (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa	Sopa de grão e espinafres Empadão de atum com alho-francês, cenoura e espinafres (3,4,7) Pescada cozida com batata cozida e legumes (4) Banana	Lanche	Iogurte de aroma + Pão de mistura com queijo (1,7)
4ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de feijão-verde (com borrego) Borrego com arroz e couve-flor Laranja	Lanche	Papa láctea (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa	Sopa de feijão-verde Lombo de porco assado com arroz de cenoura e salada Bife de peru grelhado com arroz de cenoura e salada Laranja	Lanche	Leite meio-gordo simples + Pão de mistura com manteiga (1,7)
5ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de agrião (com pescada) (4) Pescada com batata e abóbora (4) Maçã	Lanche	Iogurte de aroma + Pão de mistura (com ou sem manteiga) (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa	Sopa de nabiças Salada russa de pescada (4) Pescada cozida com batata cozida e legumes (4) Maçã	Lanche	Iogurte de aroma + Pão de mistura com marmelada (1,7)
6ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de couve-coração (com frango) Frango com arroz e brócolos Tangerina	Lanche	Papa láctea (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa	Canja de galinha com massa (1) Coxas de frango estufadas com arroz branco e salada Coxas de frango estufadas simples com arroz branco e salada Gelatina; Tangerina	Lanche	Leite meio-gordo simples + Pão de mistura com fiambre (1,6,7,12)

Notas:

A ementa está sujeita a alterações por razões operacionais.

O iogurte natural não tem adição de açúcar até aos 2 anos (inclusive). Reforço da manhã: fruta. Reforço da tarde: fruta ou bolacha.

Alergénios: 1 – glúten; 2 – crustáceos; 3 – ovo; 4 – peixe; 5 – amendoim; 6 – soja; 7 – leite; 8 – frutos de casca rija; 9 – aipo; 10 – mostarda; 11 – sésamo; 12 – sulfitos; 13 – tremoço; 14 – moluscos.

Elaborado pela nutricionista Patrícia Abreu (2017N).

casba

EMENTA

SEMANA DE 15 DE ABRIL A 19 DE ABRIL

2ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de alho-francês (com perca) (4) Perca com batata e cenoura (4) Tangerina	Lanche	Iogurte de aroma + Pão de mistura (com ou sem manteiga) (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa	Sopa de alho-francês Bacalhau com espinafres e salada (1,4,7) Bacalhau cozido com batata cozida e salada (4) Tangerina	Lanche	Sumo 100% fruta + Pão de mistura com chourição (1,6,7,12)
3ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de couve-flor (com vitela) Vitela com arroz e feijão-verde Maçã	Lanche	Papa láctea (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa	Sopa de espinafres Cubos de vaca estufados com arroz branco e salada Escalopes de vitela grelhados com arroz branco e salada Maçã	Lanche	Leite meio-gordo simples + Pão de mistura com manteiga (1,7)
4ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de cenoura e agrião (com salmão) (4) Salmão com massa e brócolos (1,4) Banana	Lanche	Iogurte de aroma + Pão de mistura (com ou sem manteiga) (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa	Creme de cenoura Massada de peixe e delícias do mar com salada (1,2,4,14) Massada simples de peixe com salada (1,4) Banana	Lanche	Iogurte de aroma + Pão de mistura com doce sem adição de açúcar (1,7)
5ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de alface (com frango) Frango com arroz e couve-flor Laranja	Lanche	Papa láctea (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa	Sopa Juliana Frango assado com batata frita e/ou arroz branco e salada (12) Frango assado com arroz branco e salada (12) Laranja	Lanche	Leite meio-gordo simples + Pão de mistura com manteiga (1,7)
6ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de brócolos (com pescada) (4) Pescada com batata e abóbora (4) Pera	Lanche	Iogurte de aroma + Pão de mistura (com ou sem manteiga) (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa	Sopa de feijão-encarnado, cenoura e espinafres Filetes de pescada assados com batata cozida e legumes (4) Filetes de pescada cozidos com batata cozida e legumes (4) Pera	Lanche	Iogurte de aroma + Pão de mistura com queijo (1,7)

Notas:

A ementa está sujeita a alterações por razões operacionais.

O iogurte natural não tem adição de açúcar até aos 2 anos (inclusive). Reforço da manhã: fruta. Reforço da tarde: fruta ou bolacha.

Alergénios: 1 – glúten; 2 – crustáceos; 3 – ovo; 4 – peixe; 5 – amendoim; 6 – soja; 7 – leite; 8 – frutos de casca rija; 9 – aipo; 10 – mostarda; 11 – sésamo; 12 – sulfitos; 13 – tremoço; 14 – moluscos.

Elaborado pela nutricionista Patrícia Abreu (2017N).

casba

EMENTA

SEMANA DE 22 DE ABRIL A 26 DE ABRIL

2ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de agrião (com frango) Frango com arroz e couve-coração Maçã	Lanche	Papa láctea (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa	Sopa de agrião Panados de frango com arroz de ervilhas e salada (1,3,12) Bife de frango grelhado com arroz de ervilhas e salada Maçã	Lanche	Leite meio-gordo simples + Pão de mistura com marmelada (1,7)
3ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de curgete e alho-francês (com pescada) (4) Pescada com batata e feijão-verde (4) Laranja	Lanche	Iogurte de aroma + Pão de mistura (com ou sem manteiga) (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa	Sopa de grão, cenoura e couve-portuguesa Salada de atum com feijão-frade, ovo e salada (3,4) Pescada cozida com batata cozida e salada (4) Laranja	Lanche	Iogurte de aroma + Pão de mistura com manteiga (1,7)
4ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de batata-doce e chuchu (com borrego) Borrego com arroz e brócolos Banana	Lanche	Papa láctea (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa	Caldo-verde Empadão de carne com arroz branco e salada (3) Hambúrguer misto grelhado com arroz branco e salada Gelatina; Banana	Lanche	Leite meio-gordo simples + Pão de mistura com queijo (1,7)
5ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	DIA DA LIBERDADE		
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa			
6ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de feijão-verde (com peru) Peru com massa e brócolos (1) Pera	Lanche	Papa láctea (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa	Creme de legumes com coentros Febras de porco com molho de mostarda, massa e legumes (1,10) Bife de frango grelhado com massa e legumes (1) Pera	Lanche	Leite meio-gordo simples + Pão de mistura com fiambre (1,6,7,12)

Notas:

A ementa está sujeita a alterações por razões operacionais.

O iogurte natural não tem adição de açúcar até aos 2 anos (inclusive). Reforço da manhã: fruta. Reforço da tarde: fruta ou bolacha.

Alergénios: 1 – glúten; 2 – crustáceos; 3 – ovo; 4 – peixe; 5 – amendoim; 6 – soja; 7 – leite; 8 – frutos de casca rija; 9 – aipo; 10 – mostarda; 11 – sésamo; 12 – sulfitos; 13 – tremoço; 14 – moluscos.

Elaborado pela nutricionista Patrícia Abreu (2017N).

casba

EMENTA

SEMANA DE 29 DE ABRIL A 3 DE MAIO

2ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de couve-flor (com tamboril) (4) Tamboril com arroz e feijão-verde (4) Banana	Lanche	Iogurte de aroma + Pão de mistura (com ou sem manteiga) (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa	Sopa de grelos Rissóis de peixe com arroz de tomate e legumes (1,2,3,4,6,12,14) Pescada assada com arroz de tomate e legumes (4) Banana	Lanche	Iogurte de aroma + Pão de mistura com queijo (1,7)
3ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de abóbora e agrião (com frango) Frango com massa e couve-coração (1) Tangerina	Lanche	Papa láctea (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa	Creme de abóbora de hortelã Hambúrguer misto com arroz branco e salada Hambúrguer misto grelhado com arroz branco e salada Tangerina	Lanche	Leite meio-gordo simples + Pão de mistura com manteiga (1,7)
4ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	DIA DO TRABALHADOR		
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa			
5ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de alface (com vitela) Vitela com arroz e couve-flor Laranja	Lanche	Papa láctea (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa	Sopa Primavera Pernas de frango estufadas com massa e salada (1) Pernas de frango estufadas simples com massa e salada (1) Laranja	Lanche	Leite meio-gordo simples + Pão de mistura com manteiga (1,7)
6ªFEIRA	2 ANOS	Sopa Prato Sobremesa	Creme de alho-francês (com pescada) (4) Pescada com massa e abóbora (1,4) Pera	Lanche	Iogurte de aroma + Pão de mistura (com ou sem manteiga) (1,7)
	PRÉ-ESCOLAR CATL	Sopa Prato Dieta Sobremesa	Sopa Juliana Bacalhau à Gomes de Sá e salada (3,4) Bacalhau cozido com batata cozida e salada (4) Pera	Lanche	Iogurte de aroma + Pão de mistura com doce sem adição de açúcar (1,7)

Notas:

A ementa está sujeita a alterações por razões operacionais.

O iogurte natural não tem adição de açúcar até aos 2 anos (inclusive). Reforço da manhã: fruta. Reforço da tarde: fruta ou bolacha.

Alergénios: 1 – glúten; 2 – crustáceos; 3 – ovo; 4 – peixe; 5 – amendoim; 6 – soja; 7 – leite; 8 – frutos de casca rija; 9 – aipo; 10 – mostarda; 11 – sésamo; 12 – sulfitos; 13 – tremoço; 14 – moluscos.

Elaborado pela nutricionista Patrícia Abreu (2017N).