
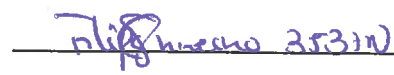




UNIDADE II		EMENTA 1
JARDIM DE INFÂNCIA/ ATL		
2ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: FRANGO NO CHURRASCO C/ ARROZ DE CENOURA E SALADA DE ALFACE	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CEVADA + PÃO DE MISTURA COM QUEIJO		
3ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES COM LEGUMINOSA	
	PRATO: PESCADA ASSADA C/ ARROZ E LEGUMES	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CEVADA + PÃO DE MISTURA COM MANTEIGA		
4ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: MASSA ALEGRE	
	SOBREMESA: GELATINA	
LANCHE: IOGURTE DE AROMAS + PÃO DE MISTURA COM COMPOTA		
5ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES COM LEGUMINOSA	
	PRATO: LOMBINHOS DE ALABOTE COZIDOS COM BATATA	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CEVADA + PÃO DE MISTURA COM FIAMBRE		
6ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: LOMBO DE PORCO ASSADO C/ ARROZ DE ERVILHAS E SALADA MISTA	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
LANCHE: IOGURTE DE AROMAS + PÃO DE MISTURA COM MARMELADA		


CENTRO SOCIAL E CULTURAL
DE S. PEDRO DE BAIRRO
A Direcção
PRESIDENTE DIREÇÃO


(FILIPA SILVA CARNEIRO 1956NE)
NUTRICIONISTA

TODAS AS REFEIÇÕES SÃO ACOMPANHADAS POR ÁGUA E PÃO. 

OS LEGUMES DA SOPA E DO PRATO SÃO SEMPRE VARIADOS, PRIVILEGIANDO OS LEGUMES DA ÉPOCA.

SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA OU GELATINA OU MAÇÃ/PÊRA ASSADA (UMA VEZ POR SEMANA) ARROZ DE DOCE/ALETRIA/LEITE-CREME.

SEMPRE QUE POR ALGUM MOTIVO A EMENTA SEJA ALTERADA SERÁ PREENCHIDO UM DOCUMENTO COMPROVATIVO.


A REFEIÇÃO CONTÉM OU PODE CONTER AS SEGUINTE SUBSTÂNCIAS OU PRODUTOS E SEUS DERIVADOS:





UNIDADE II		EMENTA 2
JARDIM-DE-INFÂNCIA/ ATL		
2ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES COM LEGUMINOSA	
	PRATO: PANADOS DE FRANGO COM ARROZ DE LEGUMES	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
		LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CEVADA + PÃO DE MISTURA COM QUEIJO
3ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: MASSA TRICOLOR COM OVOS E ATUM COM SALADA DE ALFACE	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
		LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CEVADA + PÃO DE MISTURA COM MANTEIGA
4ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES COM LEGUMINOSA	
	PRATO: VITELA ESTUFADA C/ ERVILHAS COM ARROZ E SALADA DE CENOURA	
	SOBREMESA: GELATINA	
		LANCHE: IOGURTE DE AROMAS + PÃO DE MISTURA COM COMPOTA
5ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: BACALHAU COZIDO COM PENCA E BATATA	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
		LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CEVADA + PÃO DE MISTURA COM FIAMBRE
6ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES COM LEGUMINOSA	
	PRATO: FEIJOADA À TRANSMONTANA	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
		LANCHE: IOGURTE DE AROMAS + PÃO DE MISTURA COM MARMELADA


(DR.ª ANA MARIA DA SILVA)
A Direcção
PRESIDENTE DIRECÇÃO


(FILIPA SILVA CARNEIRO 3537N)
NUTRICIONISTA

TODAS AS REFEIÇÕES SÃO ACOMPANHADAS POR ÁGUA E PÃO. 

OS LEGUMES DA SOPA E DO PRATO SÃO SEMPRE VARIADOS, PRIVILEGIANDO OS LEGUMES DA ÉPOCA.

SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA OU GELATINA OU MAÇÃ/PÊRA ASSADA (UMA VEZ POR SEMANA) ARROZ DE DOCE/ALETRIA/LEITE-CREME.

SEMPRE QUE POR ALGUM MOTIVO A EMENTA SEJA ALTERADA SERÁ PREENCHIDO UM DOCUMENTO COMPROVATIVO.

A REFEIÇÃO CONTÉM OU PODE CONTER AS SEGUINTE SUBSTÂNCIAS OU PRODUTOS E SEUS DERIVADOS:





UNIDADE II		EMENTA 3
JARDIM-DE-INFÂNCIA/ ATL		
2ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: OVOS ESCALFADOS COM ARROZ DE LEGUMES	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
		LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CEVADA + PÃO DE MISTURA COM QUEIJO
3ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES COM LEGUMINOSA	
	PRATO: LOMBINHOS COM BATATA COZIDA E CENOURA	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
		LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CEVADA + PÃO DE MISTURA COM MANTEIGA
4ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: MASSA À BOLONHESA COM SALADA DE TOMATE	
	SOBREMESA: GELATINA	
		LANCHE: IOGURTE DE AROMAS + PÃO DE MISTURA COM COMPOTA
5ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES C/ FEIJÃO	
	PRATO: PETINCA FRITA COM ARROZ DE TOMATE E SALADA ALFACE	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
		LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CEVADA + PÃO DE MISTURA COM FIAMBRE
6ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: ROJÃO COM ARROZ E SALADA DE ALFACE E CENOURA	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
		LANCHE: IOGURTE DE AROMAS + PÃO DE MISTURA COM MARMELADA

CENTRO SOCIAL E CULTURAL
DIR. DE JARDIM DE INFÂNCIA
A Direção

PRESIDENTE DIREÇÃO

(FILIPA SILVA CARNEIRO 3537N)
NUTRICIONISTA

TODAS AS REFEIÇÕES SÃO ACOMPANHADAS POR ÁGUA E PÃO.

OS LEGUMES DA SOPA E DO PRATO SÃO SEMPRE VARIADOS, PRIVILEGIANDO OS LEGUMES DA ÉPOCA.

SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA OU GELATINA OU MAÇÃ/PÊRA ASSADA (UMA VEZ POR SEMANA) ARROZ DE DOCE/ALETRIA/LEITE-CREME.

SEMPRE QUE POR ALGUM MOTIVO A EMENTA SEJA ALTERADA SERÁ PREENCHIDO UM DOCUMENTO COMPROVATIVO.

A REFEIÇÃO CONTÉM OU PODE CONTER AS SEGUINTE SUBSTÂNCIAS OU PRODUTOS E SEUS DERIVADOS:





UNIDADE II		EMENTA 4
JARDIM-DE-INFÂNCIA/ ATL		
2ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES C/ FEIJÃO	
	PRATO: MASSA COM CARNE E SALADA DE ALFACE	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
	LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CEVADA + PÃO DE MISTURA COM QUEIJO	
3ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: BOLINHOS DE BACALHAU C/ ARROZ DE CENOURA E SALADA DE ALFACE E TOMATE	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
	LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CEVADA + PÃO DE MISTURA COM MANTEIGA	
4ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: LOMBO ASSADO COM ARROZ E SALADA	
	SOBREMESA: GELATINA	
	LANCHE: IOGURTE DE AROMAS + PÃO DE MISTURA COM COMPOTA	
5ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: LOMBINHOS DE PESCADA COZIDOS COM BATATA E OVO	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
	LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CEVADA + PÃO DE MISTURA COM FIAMBRE	
6ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: FRANGO DO CHURRASCO COM ARROZ E SALADA MISTA	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
	LANCHE: IOGURTE DE AROMAS + PÃO MISTURA COM QUEIJO E FIAMBRE	

CENTRO SOCIAL E CULTURAL
DE S. PEDRO DE BAIRRO
A Direcção
PRESIDENTE DIRECÇÃO

(FILIPA SILVA CARNEIRO 3537N)
NUTRICIONISTA

TODAS AS REFEIÇÕES SÃO ACOMPANHADAS POR ÁGUA E PÃO.

OS LEGUMES DA SOPA E DO PRATO SÃO SEMPRE VARIADOS, PRIVILEGIANDO OS LEGUMES DA ÉPOCA.

SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA OU GELATINA OU MAÇÃ/PÊRA ASSADA (UMA VEZ POR SEMANA) ARROZ DE DOCE/ALETRIA/LEITE-CREME.


SEMPRE QUE POR ALGUM MOTIVO A EMENTA SEJA ALTERADA SERÁ PREENCHIDO UM DOCUMENTO COMPROVATIVO.


A REFEIÇÃO CONTÉM OU PODE CONTER AS SEGUINTE SUBSTÂNCIAS OU PRODUTOS E SEUS DERIVADOS:





UNIDADE II		EMENTA 5
JARDIM-DE-INFÂNCIA/ ATL		
2ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: COZIDO À PORTUGUESA	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
	LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CEVADA + PÃO DE MISTURA COM QUEIJO	
3ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES C/ FEIJÃO	
	PRATO: LOMBINHOS DE ALABOTE NO FORNO C/ ARROZ DE CENOURA	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
	LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CEVADA + PÃO DE MISTURA COM MANTEIGA	
4ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: MASSA COM CARNE E LEGUMES	
	SOBREMESA: GELATINA	
	LANCHE: IOGURTE DE AROMAS + PÃO DE MISTURA COM COMPOTA	
5ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES C/ FEIJÃO	
	PRATO: BACALHAU C/ BATATA COZIDA OVO E PENCA	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
	LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CEVADA + PÃO DE MISTURA COM FIAMBRE	
6ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: FEIJOADA	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
	LANCHE: IOGURTE DE AROMAS + PÃO DE MISTURA COM MARMELADA	


CENTRO SOCIAL E CULTURAL
DE S. PEDRO DE BAIRRO
A Direcção
DANIELA MARIA SILVA
PRESIDENTE DIRECÇÃO


FILIPA SILVA CARNEIRO 3537N
NUTRICIONISTA

TODAS AS REFEIÇÕES SÃO ACOMPANHADAS POR ÁGUA E PÃO. 

OS LEGUMES DA SOPA E DO PRATO SÃO SEMPRE VARIADOS, PRIVILEGIANDO OS LEGUMES DA ÉPOCA.

SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA OU GELATINA OU MAÇA/PÊRA ASSADA (UMA VEZ POR SEMANA) ARROZ DE DOCE/ALETRIA/LEITE-CREME.

SEMPRE QUE POR ALGUM MOTIVO A EMENTA SEJA ALTERADA SERÁ PREENCHIDO UM DOCUMENTO COMPROVATIVO.


A REFEIÇÃO CONTÉM OU PODE CONTER AS SEGUINTE SUBSTÂNCIAS OU PRODUTOS E SEUS DERIVADOS:





UNIDADE II		EMENTA 6
JARDIM-DE-INFÂNCIA/ ATL		
2ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES C/ FEIJÃO	
	PRATO: MASSA COM OVO E ATUM E SALADA DE TOMATE	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
		LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CEVADA + PÃO DE MISTURA COM QUEIJO
3ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: PANADOS COM ARROZ E SALADA DE ALFACE	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
		LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CEVADA + PÃO DE MISTURA COM MANTEIGA
4ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: DOURADINHOS NO FORNO C/ SALADA RUSSA	
	SOBREMESA: GELATINA	
		LANCHE: IOGURTE DE AROMAS + PÃO DE MISTURA COM COMPOTA
5ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: MASSA ALEGRE (ERVILHA E CENOURA) COM CARNES BRANCAS	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
		LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CEVADA + PÃO DE MISTURA COM FIAMBRE
6ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES C/ FEIJÃO	
	PRATO: PEIXE ESTUFADO COM ARROZ DE CENOURA	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
		LANCHE: IOGURTE DE AROMAS + PÃO DE MISTURA COM MARMELADA


CENTRO SOCIAL E CULTURAL
S. PEDRO DE BAIRRO
A Direcção
(ANA MARIA SILVA)
PRESIDENTE DIREÇÃO


(FILIPA SILVA CARNEIRO 3537N)
NUTRICIONISTA

TODAS AS REFEIÇÕES SÃO ACOMPANHADAS POR ÁGUA E PÃO. 

OS LEGUMES DA SOPA E DO PRATO SÃO SEMPRE VARIADOS, PRIVILEGIANDO OS LEGUMES DA ÉPOCA.

SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA OU GELATINA OU MAÇÃ/PÊRA ASSADA (UMA VEZ POR SEMANA) ARROZ DE DOCE/ALETRIA/LEITE-CREME.

SEMPRE QUE POR ALGUM MOTIVO A EMENTA SEJA ALTERADA SERÁ PREENCHIDO UM DOCUMENTO COMPROVATIVO.

A REFEIÇÃO CONTÉM OU PODE CONTER AS SEGUINTE SUBSTÂNCIAS OU PRODUTOS E SEUS DERIVADOS:





UNIDADE II		EMENTA 7
JARDIM-DE-INFÂNCIA/ ATL		
2ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: FRANGO NO CHURRASCO COM ARROZ E SALADA MISTA	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
		LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CEVADA + PÃO DE MISTURA COM QUEIJO
3ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: LOMBINHOS ESTUFADOS COM ARROZ	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
		LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CEVADA + PÃO DE MISTURA COM MANTEIGA
4ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: CARNES ESTUFADAS COM LARANJA, ARROZ E SALADA MISTA	
	SOBREMESA: GELATINA	
		LANCHE: IOGURTE DE AROMAS + PÃO DE MISTURA COM COMPOTA
5ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES C/ FEIJÃO	
	PRATO: TENTÁCULOS DE POTA COM BATATA COZIDA E CENOURA	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
		LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CEVADA + PÃO DE MISTURA COM FIAMBRE
6ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: RANCHO E SALADA MISTA	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
		LANCHE: IOGURTE DE AROMAS + PÃO DE MISTURA COM MARMELADA

(D^{ra} ANA MARIA SILVA)
C.E.D. DE S. PEDRO DE BAIRRO
A Direcção
DIRETORA TÉCNICA

(FILIPA SILVA CARNEIRO 3537N)
NUTRICIONISTA

TODAS AS REFEIÇÕES SÃO ACOMPANHADAS POR ÁGUA E PÃO.

OS LEGUMES DA SOPA E DO PRATO SÃO SEMPRE VARIADOS, PRIVILEGIANDO OS LEGUMES DA ÉPOCA.

SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA OU GELATINA OU MAÇÃ/PÊRA ASSADA (UMA VEZ POR SEMANA) ARROZ DE DOCE/ALETRIA/LEITE-CREME.

SEMPRE QUE POR ALGUM MOTIVO A EMENTA SEJA ALTERADA SERÁ PREENCHIDO UM DOCUMENTO COMPROVATIVO.

A REFEIÇÃO CONTÉM OU PODE CONTER AS SEGUINTE SUBSTÂNCIAS OU PRODUTOS E SEUS DERIVADOS:





UNIDADE II		EMENTA 8
JARDIM-DE-INFÂNCIA/ ATL		
2ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES C/ FEIJÃO	
	PRATO: LOMBO ASSADO NO FORNO C/ ARROZ DE CENOURA E SALADA MISTA	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
	LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CERVADA + PÃO DE MISTURA COM QUEIJO	
3ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: BACALHAU C/ BATATA E OVO E PENCA	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
	LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CERVADA + PÃO DE MISTURA COM MANTEIGA	
4ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: MASSA À BOLONESA COM SALADA ALFACE E CENOURA	
	SOBREMESA: GELATINA	
	LANCHE: IOGURTE DE AROMAS + PÃO DE MISTURA COM COMPOTA	
5ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: SARDINHA FRITA C/ ARROZ DE FEIJÃO E SALADA	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
	LANCHE: LEITE SIMPLES OU COM CERVADA + PÃO DE MISTURA COM FIAMBRE	
6ª FEIRA	SOPA: DE LEGUMES	
	PRATO: BIFINHOS DE FRANGO ESTUFADOS COM ARROZ DE ERVILHAS E CENOURA	
	SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA	
	LANCHE: IOGURTE DE AROMAS + PÃO DE MISTURA COM MARMELADA	

(DR. ANA LUISA SILVA)
A Direcção
DIRETORA TÉCNICA

(FILIPA SILVA CARNEIRO 3537N)
NUTRICIONISTA

TODAS AS REFEIÇÕES SÃO ACOMPANHADAS POR ÁGUA E PÃO.

OS LEGUMES DA SOPA E DO PRATO SÃO SEMPRE VARIADOS, PRIVILEGIANDO OS LEGUMES DA ÉPOCA.

SOBREMESA: FRUTA DA ÉPOCA OU GELATINA OU MAÇÃ/PÊRA ASSADA (UMA VEZ POR SEMANA) ARROZ DE DOCE/ALETRIA/LEITE-CREME.

SEMPRE QUE POR ALGUM MOTIVO A EMENTA SEJA ALTERADA SERÁ PREENCHIDO UM DOCUMENTO COMPROVATIVO.

A REFEIÇÃO CONTÉM OU PODE CONTER AS SEGUINTE SUBSTÂNCIAS OU PRODUTOS E SEUS DERIVADOS:

