



Centro Social Paroquial Santa Catarina

EMENTA CRECHE E PRÉ-ESCOLAR -

20 a 24 de abril de 2026



		Salas 1 e 2	Salas 3, 4, 5, 6 e CATL
Segunda-Feira	Sopa	Legumes (frango)	Macedónia de legumes
	Prato	Frango estufado com arroz de cenoura, alface e tomate ¹²	Frango estufado com arroz de cenoura, alface e tomate ¹²
	Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
Terça-Feira	Sopa	Legumes (Pescada) ⁴	Ovo ³
	Prato	Salada Russa de Pescada, alface e tomate ^{4,12}	Salada Russa de Atum, alface e tomate ^{4,12}
	Sobremesa	Fruta da Época	Gelatina
Quarta-Feira	Sopa	Legumes (perú)	Feijão Seco
	Prato	Frango grelhado, arroz branco, alface e tomate ^{1,12}	Grelhados mistos, arroz branco, alface e tomate ^{1,12}
	Sobremesa	Fruta Cozida	Fruta da Época
Quinta-Feira	Sopa	Legumes (Pescada) ⁴	Espinafres
	Prato	Peixe cozido com batata e legumes cozidos ^{4,12}	Bacalhau com natas, alface ^{4,7,12}
	Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
Sexta-Feira	Sopa	Legumes (Abrótea) ⁴	Caldo-Verde
	Prato	Perú estufado, fusilli, alface ^{1,12}	Perú estufado, fusilli, alface ^{1,12}
	Sobremesa	Fruta da Época	Fruta Assada

Observações: A ementa pode estar sujeita a alterações por motivos alheios

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.


 Nutricionista Filipe Oliveira (CP2882N)