



Sociedade Recreativa S. Teotônio, IPSS



No dia 25 de Abril é feriado em Portugal, sabem porquê?

Ementa Abril 2015 - Educação Pré-escolar e 1º Ciclo do Ensino Básico

Dia	Sopa	Prato	Salada	Fruta	Alimentos Alergénios
01-Qua	Creme de Cenoura	Almôndegas de vitela estufadas c/ esparguete	Alface	Pêra	Cereais c/ glúten
02-Qui	Grão c/ espinafres	Bacalhau no forno c/ batata e ovo	Tomate	Banana	Peixe e o ovo
06-Seg	Brócolos	Panados de frango no forno c/ arroz de coentros	Cenoura ralada	Laranja	Frutos de casca rijas
07-Ter	Nabiça	Bolonhesa de atum c/ esparguete	Alface	Maçã	Cereais c/ glúten e o peixe
08-Qua	Creme de cenoura	Vitela guisada c/ macedónia de legumes e batata	_____	Pêra	
09-Qui	Feijão verde	Lombinhos de pescada no forno c/ arroz branco	Tomate	Banana	Peixe
10-Sex	Feijão seco c/ couve lombarda	Bife de porco estufado c/ cogumelos e massa espiral	Alface	Kiwi	Cereais c/ glúten
13-Seg	Creme de ervilhas	Hambúrguer de pescada no forno c/ arroz de tomate	Beterraba c/ milho	Maçã	Peixe
14-Ter	Caldo verde	Perú estufado c/ cenoura e macarrão	Alface	Kiwi	Cereais c/ glúten
15-Qua	Creme de alho francês	Bacalhau cozido c/ grão, batata e ovo cozido	Tomate	Pêra	Peixe e o ovo
16-Qui	Juliana	Rojões estufados c/ massa espiral	Cenoura ralada	Laranja	Cereais c/ glúten
17-Sex	Espinafres	Solha no forno c/ batata e brócolos	Tomate	Banana	Peixe
20-Seg	Macedónia	Bolonhesa de vitela c/ esparguete	Alface	Maçã	Cereais c/ glúten
21-Ter	Nabiça	Caldeirada de chocos c/ ervilhas e batata	_____	Banana	Moluscos
22-Qua	Alface	Frango assado no forno c/ arroz de cenoura	Tomate	Kiwi	
23-Qui	Creme de cenoura	Maruca cozida c/ batata e couve flor	_____	Pêra	Peixe
24-Sex	Grão c/ espinafres	Escalopes de porco estufados c/ cogumelos e macarrão	Cenoura ralada c/ milho	Laranja	Cereais c/ glúten
27-Seg	Brócolos	Filetes de pescada no forno c/ arroz de coentros	Alface	Maçã	Peixe
28-Ter	Creme de curgete	Vitela estufada c/ ervilhas e batata	_____	Pêra	
29-Qua	Feijão seco c/ couve lombarda	Massa de cação	Tomate	Banana	Cereais c/ glúten e o peixe
30-Qui	Caldo verde	Arroz de pato	Couve roxa c/ milho	Laranja	

As refeições são servidas com pão de mistura e água engarrafada
Ementa sujeita a alterações