

SEMANA DE 13 A 17 DE ABRIL

1º CICLO E JI

SEGUNDA-FEIRA // 13 DE ABRIL

Pão de mistura - **Alergénios: contém glúten** // **SOPA** | Juliana

PRATO | Esparguete à bolonesa com salada de alface - **Alergénios: contém glúten**

VEGETARIANO | Bolonesa de lentilhas com esparguete - **Alergénios: contém glúten**

SOBREMESA | Fruta da época

LANCHE | Pão com queijo e leite - **Alergénios: contém glúten, lactose**

TERÇA-FEIRA // 14 DE ABRIL

Pão de mistura - **Alergénios: contém glúten** // **SOPA** | Lombardo

PRATO | Salada com batata, grão, cenoura, ervilha e peixe - **Alergénios: contém pescado**

VEGETARIANO | Migas de feijão frade e couve - **Alergénios: contém glúten**

SOBREMESA | Gelatina

LANCHE | Pão com manteiga e batido de fruta - **Alergénios: contém glúten, lactose**

QUARTA-FEIRA // 15 DE ABRIL

Pão de mistura - **Alergénios: contém glúten** // **SOPA** | Lentilhas com legumes

PRATO | Arroz de cenoura com omelete e salada mista - **Alergénios: contém ovos, lactose**

VEGETARIANO | Arroz de cenoura com omelete e salada mista - **Alergénios: contém ovos, lactose**

SOBREMESA | Fruta da época

LANCHE | Pão com atum e bebida fria à base de infusão de ervas - **Alergénios: contém glúten, pescado**

QUINTA-FEIRA // 16 DE ABRIL

Pão de mistura - **Alergénios: contém glúten** // **SOPA** | Creme de espinafres

PRATO | Massa cotovelos com peixe estufado e salada de tomate - **Alergénios: contém glúten, pescado**

VEGETARIANO | Chili vegetariano (feijão e soja) com arroz - **Alergénios: contém soja**

SOBREMESA | Fruta da época

LANCHE | Iogurte com pão com manteiga e palitos de cenoura - **Alergénios: contém glúten, lactose**

SEXTA-FEIRA // 17 DE ABRIL

Pão de mistura - **Alergénios: contém glúten** // **SOPA** | Creme de ervilha

PRATO | Arroz de cenoura com frango estufado e salada de alface.

VEGETARIANO | Rancho vegetariano, macarrão, grão de bico, tomate, cenoura, couve lombardo e cebola -
Alergénios: contém glúten

SOBREMESA | Fruta da época

LANCHE | Delícia de aveia com banana - **Alergénios: contém glúten e lactose**