













































De 17 de Setembro de 2018 a 21 de Junho de 2019

(exceto feriados e interrupções letivas)

Nota: Ementa sujeita a alteração imprevista

Dia	Lanches do Pré-Escolar e Espaço MAIS		Alergénios		I.N. (Kcal) /100g
			Contém	Pode conter	
2ª Feira	Lanche	Pão de mistura com fiambre de aves e iogurte líquido	   	  	103
	Vegetariano	Pão de mistura com manteiga de amendoim e iogurte líquido de soja	  	  	96
3ª Feira	Lanche	Pão de mistura com margarina e leite simples	 	  	102
	Vegetariano	Bebida vegetal com 6 colheres de sopa de cereais (aveia ou milho).			83
4ª Feira	Lanche	Pão de leite com queijo e sumo 100% fruta	  	  	102
	Vegetariano	1 peça de fruta e 2 colheres de sopa de frutos gordos (nozes, amêndoas)		-	218
5ª Feira	Lanche	Pão de mistura com margarina e leite simples	 	  	102
	Vegetariano	Pão de mistura com margarina e bebida vegetal	 	  	96
6ª Feira	Lanche	Pão de mistura com queijo e iogurte sólido	  	  	150
	Vegetariano	1 peça de fruta e 2 colheres de sopa de frutos gordos (nozes, amêndoas)		-	218

Legenda:



Ementa revista pela Dra. Daniela Santos (Nutricionista), estando de acordo com as Orientações sobre Ementas e Refeitórios Escolares, DGE de Julho de 2018 e pela Lei nº 11/2017 e responsável pela Informação Nutricional, de acordo com o Reg. (CE) 852/2004 de 29 de Abril, Reg. (CE) 1169/2011 de 25 de Outubro e Decreto-lei nº 26/2016, e pela Eng.ª Nádia Martins, responsável pela implementação do Sistema HACCP e Alergénios, de acordo com o Reg. (CE) 852/2004 de 29 de Abril, Reg. (CE) 1169/2011 de 25 de Outubro e Decreto-lei nº 26/2016.

A Cozinheira,

Elisabete

O Município de Mogadouro,

Josua Silva