

# De 19 de abril a 30 de junho de 2022

(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	Podem conter	
2ª Feira	Lanche	Pão de mistura com fiambre de aves e iogurte líquido			113
	Vegetariano	Pão de mistura com manteiga de amendoim e iogurte 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 iogurte sólido			107
	Vegetariano	1 peça de fruta e 2 colheres de sopa de frutos gordos (nozes, amêndoas)		-	218
5ª Feira	Lanche	Pão de mistura com doce e leite simples			89
	Vegetariano	Pão de mistura com margarina e bebida vegetal			96
6ª Feira	Lanche	Pão de mistura com margarina e sumo 100% fruta			131
	Vegetariano	1 peça de fruta e 2 colheres de sopa de frutos gordos (nozes, amêndoas)		-	218

Legenda:

Glúten Crustáceos Ovos Peixe Amendoim Soja Leite Frutos de Casca Rija Aipo Mostarda Sementes de Sésamo Dióxido de Enxofre/Sulfitos Tremoços Moluscos

Ementa revista pela Dra. Daniela Santos (Nutricionista), estando de acordo com o Despacho nº 8127/2021 de 17 de agosto, as Orientações sobre Ementas e Refeitórios Escolares, Circular nº 3097/DFE/2018 e pela Lei nº 11/2017 de 17 de abril 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 de 9 de junho, 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 de 9 de junho.

A Cozinheira,

Elizabete

O Município de Mogadouro,

Isabel Brandão