

|   |   |   |
|---|---|---|
|  |  |  |
|---|---|---|

**Ementa**

De 22 de janeiro a 28 de junho

(Excepto feriados e interrupções letivas)

Nota : Ementa sujeita a alteração imprevista

| Dia             | Lanches do Pré- Escolar e Espaço MAIS |  | Alergêneos |             | I. N:<br>(Kcal/dose) |
|-----------------|---------------------------------------|--|------------|-------------|----------------------|
|                 | Lanche                                | Vegetariano  | Contém     | Pode conter |                      |
| Segunda - feira |                                       | Pão de mistura com queijo e iogurte líquido                                | 1,7        | 3,6,7,8,11  | 210                  |
|                 | Vegetariano                           | 1 peça de fruta e 2 colheres de sopa de frutos gordos (nozes e amêndoas)   | 8          | --          | 233                  |
| Terça-feira     |                                       | Pão de mistura com margarina e leite simples                               | 1,7        | 3,6,7,8,11  | 230                  |
|                 | Vegetariano                           | Bebida vegetal com 6 colheres de sopa de cereais (aveia ou milho)          | 1,6        | 6,8,11      | 153                  |
| Quarta-feira    |                                       | Pão de leite com fiambre de aves e iogurte sólido                          | 1,7        | 3,6,8,11,12 | 179                  |
|                 | Vegetariano                           | 1. peça de fruta e 2. colheres de sopa de frutos gordos (nozes e amêndoas) | 8          | --          | 233                  |
| Quinta-feira    |                                       | Pão de mistura com creme de chocolate e leite simples                      | 1          | 3,6,7,8,11  | 185                  |
|                 | Vegetariano                           | 1 peça de fruta e 1 bebida vegetal   | 6          | --          | 82                   |
| Sexta-feira     |                                       | Pão de mistura com margarina e sumo 100% fruta                             | 1,7        | 3,6,7,8,11  | 230                  |
|                 | Vegetariano                           | Pão de mistura com manteiga de amendoim e bebida vegetal                   | 1,6,8      | --          | 130                  |

A refeição contém ou pode conter os seguintes alergêneos: 1 – Cereais que contêm glúten; 2 – Crustáceos; 3 – Ovos; 4 – Peixe; 5 – Amendoados; 6 – Soja; 7 – Leite; 8 – Frutos de casca rija; 9 – Aipo; 10 – Mostarda; 11 – Sementes de sésamo; 12 – Dióxido de enxofre e sulfitos; 13 – Tremeços; 14 – Moluscos.

Mogadouro, 22 de janeiro de 2024

A Diretora do A. E. de Mogadouro

Pelo Município de Mogadouro

**Notas:**

- Ementas elaboradas de acordo com o Despacho N.º 8127/2021, de 17 de agosto; Circular n.º 3097/2018 e pela Lei n.º 11/2017 de 17 de abril;
- 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 n.º 26/2016, de 9 de junho - Eng.º Ricardo Oliveira.