

| DIA | LANCHE DA MANHÃ | ALMOÇO | LANCHE DA TARDE |
|---------|--------------------------------------|--|---|
| SEGUNDA | 1 PEÇA DE FRUTA ESMAGADA (MAÇÃ) | SOPA DE LEGUMES BANANA ESMAGADA | FARINHA LÁCTEA SEM GLÚTEN ^{7,8} |
| TERÇA | 1 PEÇA DE FRUTA ESMAGADA (PÊRA) | SOPA DE LEGUMES MAÇÃ CRUA OU COZIDA, RALADA E SEM CASCA | FARINHA LÁCTEA SEM GLÚTEN ^{7,8} |
| QUARTA | 1 PEÇA DE FRUTA ESMAGADA (BANANA) | SOPA DE LEGUMES PÊRA CRUA OU COZIDA, RALADA E SEM CASCA | FARINHA LÁCTEA SEM GLÚTEN ^{7,8} |
| QUINTA | 1 PEÇA DE FRUTA ESMAGADA (MAÇÃ) | SOPA DE LEGUMES BANANA ESMAGADA | FARINHA LÁCTEA SEM GLÚTEN ^{7,8} |
| SEXTA | 1 PEÇA DE FRUTA ESMAGADA (PÊRA) | SOPA DE LEGUMES MAÇÃ CRUA OU COZIDA, RALADA E SEM CASCA | FARINHA LÁCTEA SEM GLÚTEN ^{7,8} |

- ✓ A sopa de legumes, chamada a primeira sopa, deverá ser constituída por **batata ou grãos de arroz, cenoura ou abóbora, cebola ou alho** e uma colher de chá de azeite em cru por criança. Sem adição de sal;
- ✓ A fruta deverá ser servida madura, crua ou em alternativa cozida sem adição de açúcar;
- ✓ A farinha láctea sem glúten deverá ser preparada com água;
- ✓ A ementa poderá estar sujeita a alterações por motivos religiosos, festividades, excesso ou rutura de stocks ou por motivos imprevistos.

LEGENDA ALERGÉNIOS PRESENTES EM GÊNEROS ALIMENTÍCIOS (SEGUNDO O RECOMENDADO PELO REGULAMENTO EU 1169/2011 E ESCLARECIMENTO 2/DHA/2014 QUE OBRIGA À COMUNICAÇÃO DE ALERGÉNIOS EM GÊNEROS ALIMENTÍCIOS NÃO PRÉ-EMBALADOS). A SUA REFEIÇÃO CONTÉM OU PODE CONTER AS SEGUINTE SUBSTÂNCIAS OU PRODUTOS E SEUS DERIVADOS: 1- CEREAIS QUE CONTÊM GLÚTEN; 2- CRUSTÁCEOS E PRODUTOS À BASE DE CRUSTÁCEOS; 3- OVOS E PRODUTOS À BASE DE OVOS; 4- PEIXE E PRODUTOS À BASE DE PEIXE; 5- AMENDOINS E PRODUTOS À BASE DE AMENDOINS; 6- SOJA E PRODUTOS À BASE DE SOJA; 7- LEITE E PRODUTOS À BASE DE LEITE; 8- FRUTOS DE CASCA RIJA; 9- AIPO E PRODUTOS À BASE DE AIPO; 10- MOSTARDA E PRODUTOS À MOSTARDA; 11- SEMENTES DE SÉSAMO E PRODUTOS A BASE DE SEMENTES DE SÉSAMO; 12- ÓXIDO DE ENXOFRE E SULFITOS; 13- TREMOÇO E PRODUTOS À BASE DE TREMOÇO; 14- MOLUSCOS E PRODUTOS À BASE DE MOLUSCOS.