

## Centro Social da Foz do Douro

Creche / Jardim de Infância

Semana de 23 a 27 de fevereiro de 2026

Almoço

### Segunda

|                  |                           |
|------------------|---------------------------|
| Sopa             | Sopa de macedónia         |
| Sopa enriquecida | Creme de legumes com peru |
| Creche           | Arroz de aves com legumes |
| EPE              | Arroz de aves com legumes |
| Sobremesa        | Fruta da época            |

### Terça

|                  |                                                            |
|------------------|------------------------------------------------------------|
| Sopa             | Sopa de cenoura                                            |
| Sopa enriquecida | Creme de legumes com peixe <sup>4</sup>                    |
| Creche           | Salada de batata com legumes e peixe desfiado <sup>4</sup> |
| EPE              | Salada de batata com legumes e peixe desfiado <sup>4</sup> |
| Sobremesa        | Fruta da época                                             |

### Quarta

|                  |                                                        |
|------------------|--------------------------------------------------------|
| Sopa             | Sopa de couve-lombarda                                 |
| Sopa enriquecida | Creme de legumes com frango                            |
| Creche           | Frango estufado com batata e legumes                   |
| EPE              | Empadão de soja com legumes <sup>1,3,6,7,8,11,12</sup> |
| Sobremesa        | Fruta da época                                         |

### Quinta

|                  |                                             |
|------------------|---------------------------------------------|
| Sopa             | Creme de feijão catarino                    |
| Sopa enriquecida | Creme de legumes com pescada <sup>4</sup>   |
| Creche           | Massa de peixe com legumes <sup>1,3,4</sup> |
| EPE              | Massa de peixe com legumes <sup>1,3,4</sup> |
| Sobremesa        | Fruta da época                              |

### Sexta

|                  |                                                                                          |
|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sopa             | Sopa de repolho                                                                          |
| Sopa enriquecida | Creme de legumes com peru                                                                |
| Creche           | Arroz de aves com cenoura                                                                |
| EPE              | Panados de porco com arroz de cenoura e açafrão com salada <sup>1,3,6,7,8,11,12,13</sup> |
| Sobremesa        | Fruta da época                                                                           |

Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: <sup>1</sup>Cereais que contêm glúten, <sup>2</sup>Ovos, <sup>4</sup>Peixes, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leite, <sup>8</sup>Frutos de casca rijas, <sup>11</sup>Sementes de sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de enxofre e sulfitos, <sup>13</sup>Tremoço. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2019), e a informação disponibilizada pelos fornecedores.



siga-nos aqui:

[www.itau.pt](http://www.itau.pt) 

itaualimentacao 

itaualimentacao 