

Centro Social da Foz do Douro

Creche / Jardim de Infância

Semana de 23 a 27 de março de 2026

Almoço

Segunda

Sopa	Sopa de legumes
Sopa enriquecida	Creme de legumes com pescada ⁴
Creche	Empadão de peixe e legumes ^{3,4,7,12}
EPE	Empadão de soja e legumes ^{1,3,6,7,8,11,12}
Sobremesa	Fruta da época

Terça

Sopa	Sopa de couve-flor
Sopa enriquecida	Creme de legumes com frango
Creche	Arroz de aves com legumes
EPE	Arroz de aves gratinado no forno (sem enchidos) com salada ⁷
Sobremesa	Fruta da época

Quarta

Sopa	Sopa de feijão
Sopa enriquecida	Creme de legumes com peixe ⁴
Creche	Batata aos cubos com legumes e peixe ⁴
EPE	Batata aos cubos com legumes e peixe ⁴
Sobremesa	Fruta da época

Quinta

Sopa	Creme de legumes
Sopa enriquecida	Creme de legumes com peru
Creche	Arroz de peru com legumes
EPE	Pá de porco assada com arroz e legumes ¹²
Sobremesa	Fruta da época

Sexta

Sopa	Creme de cenoura
Sopa enriquecida	Creme de legumes com pescada ⁴
Creche	Massa de peixe com legumes ^{1,3,4}
EPE	Massa de atum com legumes ^{1,3,4}
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: ¹Cereais que contêm glúten, ²Ovos, ⁴Peixes, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos. 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 itaualimentacao itaualimentacao 