

Centro Social da Foz do Douro

Creche / Jardim de Infância

Semana de 21 a 25 de setembro de 2026

Almoço

Segunda

Sopa	Creme de legumes
Sopa enriquecida	Creme de legumes com frango
Creche	Massa de frango com legumes ^{1,3}
EPE	Gratinado de esparguete com carne picada e salada ^{1,3,7}
Sobremesa	Fruta da época

Terça

Sopa	Sopa de couve coração
Sopa enriquecida	Creme de legumes com bacalhau fresco ⁴
Creche	Arroz de peixe com legumes ⁴
EPE	Arroz de peixe com legumes ⁴
Sobremesa	Fruta da época

Quarta

Sopa	Sopa de feijão
Sopa enriquecida	Creme de legumes com peru
Creche	Massa de peru com legumes ^{1,3}
EPE	Peru estufado com macarrão e legumes ^{1,3}
Sobremesa	Fruta da época

Quinta

Sopa	Sopa de curgete
Sopa enriquecida	Creme de legumes com pescada ⁴
Creche	Batata com cenoura e peixe desfiado ⁴
EPE	Batata com cenoura e peixe desfiado ⁴
Sobremesa	Fruta da época

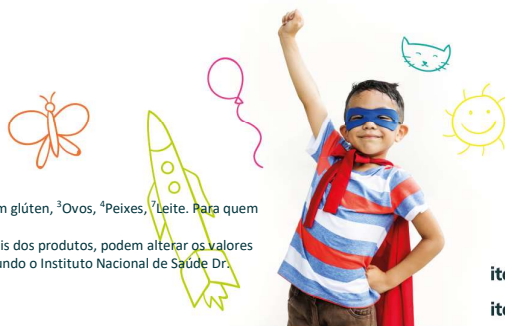
Sexta

Sopa	Sopa de couve-flor
Sopa enriquecida	Creme de legumes com frango
Creche	Arroz de frango com legumes
EPE	Feijoada de cogumelos
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, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁷Leite. 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.itaup.pt 

itaualimentacao 

itaualimentacao 