



EMENTA DE LANCHES

C.M. BARREIRO-ANO LETIVO 2021/2022

Semana de 10 a 14 de janeiro de 2022
Lanche

2ª Feira	Pão de mistura com manteiga^{1,7} + maçã
3ª Feira *	Pão de mistura com queijo de barrar^{1,7} + maçã starking
4ª Feira *	Pão de mistura com fiambre de aves^{1,6,7} + banana
5ª Feira *	Pão de mistura com queijo fatiado^{1,7} + pera
6ª Feira	Croissant com manteiga^{1,3,6,7,8,11,12} + maçã golden

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Sguardam-se possíveis alterações no plano de frutas provenientes de falha de entrega do fornecedor. * **Opção:** O acompanhamento do pão/croissant poderá ser substituído por manteiga.

EMENTA DE LANCHES

Semana de 17 a 21 de janeiro de 2022
Lanche

<p>2ª Feira</p>	<p>Pão de mistura com manteiga^{1,7} + Tangerina/Clementina</p>
<p>3ª Feira *</p>	<p>Pão de mistura com queijo de barrar^{1,7} + maçã starking</p>
<p>4ª Feira *</p>	<p>Pão de mistura com fiambre de suíno^{1,6,7} + banana</p>
<p>5ª Feira</p>	<p>Pão de mistura com manteiga^{1,7} + pera</p>
<p>6ª Feira *</p>	<p>Croissant com queijo fatiado^{1,3,6,7,8,11,12} + maçã golden</p>

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas. A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Sguardam-se possíveis alterações no plano de frutas provenientes de falha de entrega do fornecedor. * **Opção:** O acompanhamento do pão/croissant poderá ser substituído por manteiga.



EMENTA DE LANCHES

C.M.BARREIRO- ANO LETIVO 2021/2022

Semana de 24 a 28 de janeiro de 2022
Lanche

2ª Feira	Pão de mistura com manteiga^{1,7} + Tangerina/Clementina
3ª Feira *	Pão de mistura com queijo de barrar^{1,7} + maçã starking
4ª Feira	Pão de mistura com manteiga ^{1,7} + banana
5ª Feira *	Pão de mistura com queijo fatiado^{1,7} + pera
6ª Feira *	Croissant com fiambre de aves^{1,3,6,7,8,11,12} + maçã golden

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.efeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Sguardam-se possíveis alterações no plano de frutas provenientes de falha de entrega do fornecedor.* **Opção:** O acompanhamento do pão/croissant poderá ser substituído por manteiga.



EMENTA DE LANCHES

C.M.BARREIRO-ANO LETIVO 2021/2022

Semana de 31 de janeiro a 4 de fevereiro de 2022
Lanche

2ª Feira	Pão de mistura com manteiga^{1,7} + Tangerina/Clementina
3ª Feira *	Pão de mistura com queijo fatiado^{1,7} + maçã starking
4ª Feira	Pão de mistura com manteiga^{1,7} + banana
5ª Feira *	Pão de mistura com queijo de barrar^{1,7} + pera
6ª Feira *	Croissant com fiambre de suíno^{1,3,6,7,8,11,12} + maçã golden

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos. A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.

Nota: Sguardam-se possíveis alterações no plano de frutas provenientes de falha de entrega do fornecedor.* **Opção:** O acompanhamento do pão/croissant poderá ser substituído por manteiga.

EMENTA DE LANCHES

C.M. BARREIRO-ANO LETIVO 2021/2022

Semana de 7 a 11 de fevereiro de 2022

Lanche

<p>2ª Feira</p>	<p>Pão de mistura com manteiga^{1,7} + Tangerina/Clementina</p>
<p>3ª Feira *</p>	<p>Pão de mistura com queijo de barrar^{1,7} + maçã starking</p>
<p>4ª Feira *</p>	<p>Pão de mistura com fiambre de aves^{1,6,7} + banana</p>
<p>5ª Feira *</p>	<p>Pão de mistura com queijo fatiado^{1,7} + pera</p>
<p>6ª Feira</p>	<p>Croissant com manteiga^{1,3,6,7,8,11,12} + maçã golden</p>

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas. A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Sguardam-se possíveis alterações no plano de frutas provenientes de falha de entrega do fornecedor. * **Opção:** O acompanhamento do pão/croissant poderá ser substituído por manteiga.



EMENTA DE LANCHES

C.M.BARREIRO- ANO LETIVO 2021/2022

Semana de 14 a 18 de fevereiro de 2022
Lanche

2ª Feira	Pão de mistura com manteiga^{1,7} + Tangerina/Clementina
3ª Feira *	Pão de mistura com queijo de barrar^{1,7} + maçã starking
4ª Feira *	Pão de mistura com fiambre de suíno^{1,6,7} + banana
5ª Feira	Pão de mistura com manteiga^{1,7} + pera
6ª Feira *	Croissant com queijo fatiado^{1,3,6,7,8,11,12} + maçã golden

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas. refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Sguardam-se possíveis alterações no plano de frutas provenientes de falha de entrega do fornecedor.* **Opção:** O acompanhamento do pão/croissant poderá ser substituído por manteiga.



EMENTA DE LANCHES

C.M.BARREIRO- ANO LETIVO 2021/2022

Semana de 21 a 25 de fevereiro de 2022

Lanche

2ª Feira	Pão de mistura com manteiga^{1,7} + Tangerina/Clementina
3ª Feira *	Pão de mistura com queijo de barrar^{1,7} + maçã starking
4ª Feira	Pão de mistura com manteiga ^{1,7} + banana
5ª Feira *	Pão de mistura com queijo fatiado^{1,7} + pera
6ª Feira *	Croissant com fiambre de aves ^{1,3,6,7,8,11,12} + maçã golden

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas. refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Sguardam-se possíveis alterações no plano de frutas provenientes de falha de entrega do fornecedor. * **Opção:** O acompanhamento do pão/croissant poderá ser substituído por manteiga.



EMENTA DE LANCHES

C.M.BARREIRO-ANO LETIVO 2021/2022

Semana de 28 de fevereiro a 4 de março de 2022
Lanche

2ª Feira	Pão de mistura com manteiga^{1,7} + Tangerina/Clementina
3ª Feira *	CARNAVAL
4ª Feira	Pão de mistura com manteiga^{1,7} + banana
5ª Feira *	Pão de mistura com queijo de barrar^{1,7} + pera
6ª Feira *	Croissant com fiambre de suíno^{1,3,6,7,8,11,12} + maçã golden

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contém glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas. refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contém glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Sguardam-se possíveis alterações no plano de frutas provenientes de falha de entrega do fornecedor.* **Opção:** O acompanhamento do pão/croissant poderá ser substituído por manteiga.



EMENTA DE LANCHES

C.M. BARREIRO-ANO LETIVO 2021/2022

Semana de 7 a 11 de março de 2022
Lanche

2ª Feira	Pão de mistura com manteiga^{1,7} + Tangerina/Clementina
3ª Feira *	Pão de mistura com queijo de barrar^{1,7} + maçã starking
4ª Feira *	Pão de mistura com fiambre de aves^{1,6,7} + banana
5ª Feira *	Pão de mistura com queijo fatiado^{1,7} + pera
6ª Feira	Croissant com manteiga^{1,3,6,7,8,11,12} + maçã golden

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contém glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos. A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contém glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.

Nota: Sguardam-se possíveis alterações no plano de frutas provenientes de falha de entrega do fornecedor.* **Opção:** O acompanhamento do pão/croissant poderá ser substituído por manteiga.



EMENTA DE LANCHES

C.M.BARREIRO- ANO LETIVO 2021/2022

Semana de 14 a 18 de março de 2022
Lanche

2ª Feira	Pão de mistura com manteiga^{1,7} + Tangerina/Clementina
3ª Feira *	Pão de mistura com queijo de barrar^{1,7} + maçã starking
4ª Feira *	Pão de mistura com fiambre de suíno^{1,6,7} + banana
5ª Feira	Pão de mistura com manteiga^{1,7} + pera
6ª Feira *	Croissant com queijo fatiado^{1,3,6,7,8,11,12} + maçã golden

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas. A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Sguardam-se possíveis alterações no plano de frutas provenientes de falha de entrega do fornecedor. * **Opção:** O acompanhamento do pão/croissant poderá ser substituído por manteiga.



EMENTA DE LANCHES

C.M.BARREIRO- ANO LETIVO 2021/2022

Semana de 21 a 25 de março de 2022
Lanche

2ª Feira	Pão de mistura com manteiga^{1,7} + Tangerina/Clementina
3ª Feira *	Pão de mistura com queijo de barrar^{1,7} + maçã starking
4ª Feira	Pão de mistura com manteiga^{1,7} + banana
5ª Feira *	Pão de mistura com queijo fatiado^{1,7} + pera
6ª Feira *	Croissant com fiambre de aves^{1,3,6,7,8,11,12} + maçã golden

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos. A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.

Nota: Sguardam-se possíveis alterações no plano de frutas provenientes de falha de entrega do fornecedor.* **Opção:** O acompanhamento do pão/croissant poderá ser substituído por manteiga.



EMENTA DE LANCHES

C.M.BARREIRO-ANO LETIVO 2021/2022

Semana de 28 de março a 1 de abril de 2022
Lanche

2ª Feira	Pão de mistura com manteiga^{1,7} + Tangerina/Clementina
3ª Feira *	Pão de mistura com queijo fatiado^{1,7} + maçã starking
4ª Feira	Pão de mistura com manteiga^{1,7} + banana
5ª Feira *	Pão de mistura com queijo de barrar^{1,7} + pera
6ª Feira *	Croissant com fiambre de suíno^{1,3,6,7,8,11,12} + maçã golden

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas. refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Sguardam-se possíveis alterações no plano de frutas provenientes de falha de entrega do fornecedor.* **Opção:** O acompanhamento do pão/croissant poderá ser substituído por manteiga.



EMENTA DE LANCHES

C.M.BARREIRO-ANO LETIVO 2021/2022

Semana de 4 a 8 de abril de 2022
Lanche

2ª Feira	Pão de mistura com manteiga^{1,7} + Tangerina/Clementina
3ª Feira *	Pão de mistura com queijo de barrar^{1,7} + maçã starking
4ª Feira *	Pão de mistura com fiambre de aves^{1,6,7} + banana
5ª Feira *	Pão de mistura com queijo fatiado^{1,7} + pera
6ª Feira	Croissant com manteiga^{1,3,6,7,8,11,12} + maçã golden

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas. A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nota: Sguardam-se possíveis alterações no plano de frutas provenientes de falha de entrega do fornecedor.* **Opção:** O acompanhamento do pão/croissant poderá ser substituído por manteiga.