

EMENTA CRECHE

Semana de 01 a 05 de Abril 2024

| REFORÇO MANHÃ | ALMOÇO SALA 1 ANO | ALMOÇO SALA 2 ANOS | LANCHE SALA 1 ANO | LANCHE SALA 2 ANOS | REFORÇO TARDE |
|---------------|-------------------|--------------------|-------------------|--------------------|---------------|
|---------------|-------------------|--------------------|-------------------|--------------------|---------------|

ENCERRADO

| | | | | | | | |
|--------|----------------------------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| TERÇA | Maçã | Sopa | Sopa de Feijão-verde | Sopa de Feijão-verde | 1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão Saloio com Queijo ^{1,7} | 1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão Saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7} | Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12} |
| | | Prato | Vitela estufada ao natural com massa esparguete, cenoura e salada de alface ^{1,3} | Esparguete à Bolonhesa com salada de alface ^{1,3} | | | |
| | | Sobremesa | Tangerina | Tangerina | | | |
| QUARTA | Pão saloio com Queijo ^{1,7} | Sopa | Creme de Abóbora, Couve-flor e Alho-francês | Creme de Abóbora, Couve-flor e Alho-francês | Farinha láctea ^{1,7} | Leite MG simples ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7} | Banana |
| | | Prato | Pescada assada ao natural com batata assada e brócolos cozidos ⁴ | Pescada assada com batata assada e Brócolos cozidos ⁴ | | | |
| | | Sobremesa | Maçã | Maçã | | | |
| QUINTA | Pera | Sopa | Sopa de Espinafres | Sopa de Espinafres | 1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7} | 1 logurte sólido de aromas ⁷ + Scones ^{1,3,7} | Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12} |
| | | Prato | Peru estufado ao natural com Feijão-preto, arroz branco e salada de tomate | Peru estufado com Feijão-preto, arroz branco e salada de tomate | | | |
| | | Sobremesa | Laranja | Laranja | | | |
| SEXTA | Pão saloio com Manteiga ^{1,7} | Sopa | Sopa de Couve-lombarda | Sopa de Couve-lombarda | Laranja laminada + Pão de Saloio com Queijo ^{1,7} | Laranja laminada + Pão de Saloio com Queijo ^{1,7} | 1 logurte sólido de aromas ⁷ |
| | | Prato | Caldeirada de Raia com salada de alface e cenoura raspada ⁴ | Caldeirada de Raia com salada de alface e cenoura raspada ⁴ | | | |
| | | Sobremesa | Pera | Pera | | | |

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 contém glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de Sésamo, ¹²Dioxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos.

A Nutricionista, Bárbara Faria,
Cédula Profissional N.º 3095N

EMENTA CRECHE

Semana de 08 a 12 de Abril 2024

| REFORÇO MANHÃ | | ALMOÇO SALA 1 ANO | | ALMOÇO SALA 2 ANOS | LANCHE SALA 1 ANO | LANCHE SALA 2 ANOS | REFORÇO TARDE |
|---------------|---------------------------------------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| SEGUNDA | Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12} | Sopa | Creme de Alface | Creme de Alface | 1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio com Queijo ^{1,7} | 1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio com Queijo ^{1,7} | Banana |
| | | Prato | Frango estufado com cenoura, grão de bico, repolho e massa espiral ^{1,3} | Frango estufado com cenoura, grão de bico, repolho e massa espiral ^{1,3} | | | |
| | | Sobremesa | Tangerina | Tangerina | | | |
| TERÇA | Pão saloio com Queijo ^{1,7} | Sopa | Sopa de Couve lombarda | Sopa de Couve lombarda | Farinha láctea ^{1,7} | Leite MG ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7} | Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12} |
| | | Prato | Pescada à espanhola com salada de tomate ⁴ | Pescada à espanhola com salada de tomate ⁴ | | | |
| | | Sobremesa | Pera | Pera | | | |
| QUARTA | Maçã | Sopa | Creme de Cenoura | Creme de Cenoura | logurte sólido de aromas ⁷ + Panquecas de Banana ^{1,3,7} | logurte sólido de aromas ⁷ + Panquecas de Banana ^{1,3,7} | Pera |
| | | Prato | Arroz de pato ao natural com salada de alface | Arroz de pato ao natural com salada de alface | | | |
| | | Sobremesa | Laranja | Laranja | | | |
| QUINTA | Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12} | Sopa | Sopa de Feijão-verde | Sopa de Feijão-verde | Laranja laminada+ Pão Saloio com Queijo ^{1,7} | Laranja laminada + 1 Pão Saloio com Queijo ^{1,7} | 1 logurte sólido de aromas ⁷ |
| | | Prato | Salada de Atum com Feijão-frade, Batata, Ovo e Cenoura ^{3,4} | Salada de Atum com Feijão-frade, Batata, Ovo e Cenoura ^{3,4} | | | |
| | | Sobremesa | Maçã | Maçã | | | |
| SEXTA | Pera | Sopa | Sopa de Repolho | Sopa de Repolho | 1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7} | Batido de Fruta ⁷ + 1 Pão Saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7} | Banana |
| | | Prato | Massa simples de Peru com Cenoura e Espinafres ^{1,3} | Massa simples de Peru com Cenoura e Espinafres ^{1,3} | | | |
| | | Sobremesa | Melão | Melão | | | |

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 contém glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de Sésamo, ¹²Dioxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos.

A Nutricionista, Bárbara Faria,
Cédula Profissional N.º 3095N

EMENTA CRECHE

Semana de 15 a 19 de Abril 2024

| REFORÇO MANHÃ | | ALMOÇO SALA 1 ANO | | ALMOÇO SALA 2 ANOS | | LANCHE SALA 1 ANO | LANCHE SALA 2 ANOS | REFORÇO TARDE |
|---------------|---------------------------------------------------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------|
| SEGUNDA | Pera | Sopa | Creme de Couve-flor, Alho-francês e Abóbora | Creme de Couve-flor, Alho-francês e Abóbora | Melão + Pão de Saloio com Queijo ^{1,7} | Melão + Pão de Saloio com Queijo ^{1,7} | 1 logurte sólido de aromas ⁷ | |
| | | Prato | Cação grelhado com arroz branco e cenoura e repolho cozido ⁴ | Feijoada de Cação com arroz branco e salada de alface ⁴ | | | | |
| | | Sobremesa | Laranja | Laranja | | | | |
| TERÇA | Pão saloio com Queijo ^{1,7} | Sopa | Sopa de Couve lombarda | Sopa de Couve lombarda | logurte sólido de aromas ⁷ + Pão de Saloio com Manteiga ^{1,7} | logurte sólido de aromas ⁷ + Pão de Saloio com Manteiga ^{1,7} | Pera | |
| | | Prato | Frango estufado ao natural com massa, cenoura e brócolos ^{1,3} | Frango estufado ao natural com massa, cenoura e brócolos ^{1,3} | | | | |
| | | Sobremesa | Maçã | Maçã | | | | |
| QUARTA | Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12} | Sopa | Creme de Alface | Creme de Alface | Laranja laminada + Pão de Saloio com Queijo ^{1,7} | Laranja laminada + Pão de Saloio com Queijo ^{1,7} | 1 logurte sólido de aromas ⁷ | |
| | | Prato | Raia à espanhola com salada de couve-roxa ⁴ | Raia à espanhola com salada de couve-roxa ⁴ | | | | |
| | | Sobremesa | Banana | Banana | | | | |
| QUINTA | Maçã | Sopa | Sopa de Brócolos | Sopa de Brócolos | logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7} | logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7} | Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12} | |
| | | Prato | Peru assado ao natural com arroz de ervilhas e salada de tomate | Peru assado no forno com arroz de ervilhas e salada de tomate | | | | |
| | | Sobremesa | Tangerina | Tangerina | | | | |
| SEXTA | Pão saloio com Manteiga ^{1,7} | Sopa | Sopa Juliana (Cebola, Cenoura, Repolho) | Sopa Juliana (Cebola, Cenoura, Repolho) | Tangerina + Scones ^{1,3,7} | Tangerina + Scones ^{1,3,7} | Banana | |
| | | Prato | Pescada cozida com todos (pescada, batata, ovo, feijão-verde) ^{3,4} | Pescada cozida com todos (pescada, batata, ovo, feijão-verde) ^{3,4} | | | | |
| | | Sobremesa | Pera | Pera | | | | |

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 contém glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de Sésamo, ¹²Dioxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos.

A Nutricionista, Bárbara Faria,
Cédula Profissional N.º 3095N