

EMENTA CRECHE

Semana de 05 a 09 de Agosto 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	Sopa de Repolho	Sopa de Repolho	Melão + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Melão + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Frango estufado com Feijão-preto, arroz branco e salada de tomate	Frango estufado com Feijão-preto, arroz branco e salada de tomate			
		Sobremesa	Maçã	Maçã			
TERÇA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Creme de Cenoura e Abóbora	Creme de Cenoura e Abóbora	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
		Prato	Filete de Salmão grelhado com batata cozida e brócolos salteados ⁴	Filete de Salmão grelhado com batata cozida e brócolos salteados ⁴			
		Sobremesa	Melancia	Melancia			
QUARTA	Maçã	Sopa	Sopa de Espinafres	Sopa de Espinafres	Batido de Fruta ⁷ + Pão com Manteiga ^{1,7}	Batido de Fruta ⁷ + Pão com Manteiga ^{1,7}	Banana
		Prato	Vitela estufada, com feijão-vermelho, cenoura, massa cotovelos e repolho ^{1,3}	Vitela estufada, com feijão-vermelho, cenoura, massa cotovelos e repolho ^{1,3}			
		Sobremesa	Laranja	Laranja			
QUINTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Feijão-verde	Sopa de Feijão-verde	Melancia + Pão com Queijo ^{1,7}	Melancia + Pão com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Pescada à Espanhola com salada de Repolho e Cenoura ⁴	Pescada à Espanhola com salada de Repolho e Cenoura ⁴			
		Sobremesa	Pera	Pera			
SEXTA	Pera	Sopa	Sopa de Brócolos	Sopa de Brócolos	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Maçã
		Prato	Arroz de Pato simples com salada de Alface e Tomate	Arroz de Pato simples com salada de Alface e Tomate			
		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 12 a 16 de Agosto 2024

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO SALA 1 ANO		ALMOÇO SALA 2 ANOS	LANCHE SALA 1 ANO	LANCHE SALA 2 ANOS	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Pera	Sopa	Sopa de Brócolos	Sopa de Brócolos	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Scones ^{1,3,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Scones ^{1,3,7}	Maçã
		Prato	Pescada cozida com todos (pescada, batata, Ovo e Feijão-verde) ^{3,4}	Pescada cozida com todos (pescada, batata, Ovo e Feijão-verde) ^{3,4}			
		Sobremesa	Melancia	Melancia			
TERÇA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Creme de Alface	Creme de Alface	Melão + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Melão + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Frango estufado com massa, grão-de-bico, repolho e cenoura ^{1,3}	Frango estufado com massa, grão-de-bico, repolho e cenoura ^{1,3}			
		Sobremesa	Laranja	Laranja			
QUARTA	Maçã	Sopa	Sopa de Feijão-verde	Sopa de Feijão-verde	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão Saloio com fiambre de Peru ^{1,6,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão Saloio com fiambre de Peru ^{1,6,7}	Banana
		Prato	Peixe-espada grelhado com arroz de tomate e salada de alface ⁴	Peixe-espada grelhado com arroz de tomate e salada de alface ⁴			
		Sobremesa	Pera	Pera			
QUINTA	FERIADO						
SEXTA	ENCERRADO						

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