

EMENTA CRECHE

Semana de 06 a 10 de Maio 2024

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO SALA 1 ANO		ALMOÇO SALA 2 ANOS		LANCHE SALA 1 ANO	LANCHE SALA 2 ANOS	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	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}	Pera	
		Prato	Frango estufado ao natural c/ curgete, alho-francês, massa esparguete e couve-lombarda ^{1,3}	Frango estufado c/ curgete, alho-francês, massa esparguete e couve-lombarda ^{1,3}				
		Sobremesa	Banana	Banana				
TERÇA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Creme de Alface	Creme de Alface	Batido de Fruta ⁷ + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Batido de Fruta ⁷ + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	
		Prato	Salada de Feijão-frade com Atum, Ovo, Batata e Cenoura ^{3,4}	Salada de Feijão-frade com Atum, Ovo, Batata e Cenoura ^{3,4}				
		Sobremesa	Melancia	Melancia				
QUARTA	Pera	Sopa	Sopa de Espinafres	Sopa de Espinafres	Laranja Laminada + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Laranja Laminada + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷	
		Prato	Arroz de Pato ao natural com Salada de Alface e Cenoura raspada	Arroz de Pato ao natural com Salada de Alface e Cenoura raspada				
		Sobremesa	Maçã	Maçã				
QUINTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Brócolos	Sopa de Brócolos	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Panquecas de Banana ^{1,3,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Panquecas de Banana ^{1,3,7}	Maçã	
		Prato	Raia à espanhola com salada de Tomate e Pepino ⁴	Raia à espanhola com salada de Tomate e Pepino ⁴				
		Sobremesa	Pera	Pera				
SEXTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Creme de Repolho	Creme de Repolho	Melancia + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Melancia + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷	
		Prato	Peru estufado ao natural com Feijão-preto, arroz branco e salada de Alface	Peru estufado com Feijão-preto, arroz branco e salada de Alface				
		Sobremesa	Laranja	Laranja				

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 13 a 17 de Maio 2024

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO SALA 1 ANO		ALMOÇO SALA 2 ANOS		LANCHE SALA 1 ANO	LANCHE SALA 2 ANOS	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Maçã	Sopa	Sopa de Repolho com Feijão-branco	Sopa de Repolho com Feijão-branco	Leite MG simples ⁷ + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Leite MG simples ⁷ + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Bolachas Maria/Torrada ^{1, 3,6,7,8,11,12}	
		Prato	Massa simples de Pescada com Pimentos e Espinafres ^{1,3,4}	Massa simples de Salmão com Pimentos e Espinafres ^{1,3,4}				
		Sobremesa	Pera	Pera				
TERÇA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Creme de Abóbora	Creme de Abóbora	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Scones ^{1,3,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Scones ^{1,3,7}	Banana	
		Prato	Frango estufado ao natural com batata, Grão-de-bico, Repolho e Cenoura	Frango estufado com batata, Grão-de-bico, Repolho e Cenoura				
		Sobremesa	Laranja	Laranja				
QUARTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Sopa de Feijão-verde	Sopa de Feijão-verde	Melancia + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Melancia + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷	
		Prato	Dourada grelhada com arroz branco e salada de tomate ⁴	Dourada grelhada com arroz branco e salada de tomate ⁴				
		Sobremesa	Melão	Melão				
QUINTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Creme de Curgete, Couve-flor e Alho-francês	Creme de Curgete, Couve-flor e Alho-francês	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	Peru estufado ao natural com massa esparguete, cenoura e couve-lombarda ^{1,3}	Peru estufado ao natural com massa esparguete, cenoura e couve-lombarda ^{1,3}				
		Sobremesa	Maçã	Maçã				
SEXTA	Pera	Sopa	Sopa de Espinafres	Sopa de Espinafres	Laranja Laminada + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Laranja Laminada + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷	
		Prato	Cação panado no forno ao natural com arroz de tomate e salada de pepino ⁴	Cação panado no forno com arroz de tomate e salada de pepino ^{1,4}				
		Sobremesa	Banana	Banana				

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 20 a 24 de Maio 2024

	REFORÇO MANHÃ	ALMOÇO SALA 1 ANO		ALMOÇO SALA 2 ANOS	LANCHE SALA 1 ANO	LANCHE SALA 2 ANOS	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Couve-lombarda	Sopa de Couve-lombarda	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	Feijoada de Peru com arroz branco e salada de alface	Feijoada de Peru com arroz branco e salada de alface			
		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 Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Melão + Pão Saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Empadão de Atum salada de Tomate ^{1,3,4,6,7,8,9,12}	Empadão de Atum salada de Tomate ^{1,3,4,6,7,8,9,12}			
		Sobremesa	Pera	Pera			
QUARTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Feijão-verde	Sopa de Feijão-verde	Leite MG simples ⁷ + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Leite MG simples ⁷ + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Pera
		Prato	Vitela estufada ao natural com cenoura, massa espiral e salada de pepino ^{1,3}	Vitela estufada com cenoura, massa espiral e salada de pepino ^{1,3}			
		Sobremesa	Laranja	Laranja			
QUINTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Sopa de Repolho com feijão-manteiga	Sopa de Repolho com feijão-manteiga	Melancia + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Melancia + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Filete de Pescada assado ao natural com arroz de cenoura e salada de tomate ⁴	Filete de Pescada à Rosa do Adro com arroz de cenoura e salada de tomate ^{1,4}			
		Sobremesa	Banana	Banana			
SEXTA	Pera	Sopa	Creme de Abóbora	Creme de Abóbora	1 logurte sólido de aromas ⁷ + 1 Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + 1 Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Maçã
		Prato	Coelho estufado ao natural com pimentos, ervilhas, batata e salada de alface	Coelho estufado com pimentos, ervilhas, batata e salada de alface			
		Sobremesa	Uvas	Uvas			

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 27 a 31 de Maio 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 Feijão-verde	Creme de Feijão-verde	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Banana
		Prato	Peixe-espada grelhado com arroz de feijão-vermelho e repolho ⁴	Peixe-espada com arroz de feijão-vermelho e repolho ⁴			
		Sobremesa	Pera	Pera			
TERÇA	Pera	Sopa	Sopa de Couve-lombarda	Sopa de Couve-lombarda	Melancia + Pão Saloio com Queijo ¹	Melancia + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Almôndegas com massa esparguete, e salada de alface ^{1,3}	Almôndegas com massa esparguete, e salada de alface ^{1,3}			
		Sobremesa	Laranja	Laranja			
QUARTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Repolho com feijão-branco	Sopa de Repolho com feijão-branco	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			

FERIADO

SEXTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Creme de Couve-flor e Alho-francês	Creme de Couve-flor e Alho-francês	Laranja Laminada + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Laranja Laminada + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Macarrão simples de atum com ervilhas e salada de alface e cenoura raspada ^{1,3,4}	Macarrão simples de atum com ervilhas e salada de alface e cenoura raspada ^{1,3,4}			
		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