

EMENTA CRECHE

Semana de 07 a 11 de Outubro 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 Espinafres	Sopa de Espinafres	Melão + Pão Saloio simples ¹	Melão + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Vitela estufada ao natural com massa espiral, cenoura e repolho ^{1,3}	Vitela estufada ao natural com massa espiral, cenoura e repolho ^{1,3}			
		Sobremesa	Uvas	Uvas			
TERÇA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Creme de Cenoura	Creme de Cenoura	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Batido de Fruta ⁷ + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Banana
		Prato	Raia grelhada com arroz de brócolos e salada de tomate ⁴	Raia panada no forno com arroz de brócolos e salada de tomate ^{1,4}			
		Sobremesa	Tangerina	Tangerina			
QUARTA	Maçã	Sopa	Sopa de Couve-lombarda	Sopa de Couve-lombarda	Laranja + Pão Saloio simples ¹	Leite MG Simples 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 batata estufada, cenoura e feijão-verde	Peru estufado ao natural com batata estufada, cenoura e feijão-verde			
		Sobremesa	Pera	Pera			
QUINTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Creme de Alface	Creme de Alface	1 logurte sólido de aromas ⁷ + ½ Pão simples ¹	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Scones ^{1,3,7}	Pera
		Prato	Massa simples de Cação com curgete e couve-lombarda ^{1,3,4}	Massa simples de Cação com curgete e couve-lombarda ^{1,3,4}			
		Sobremesa	Melão	Melão			
SEXTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,1 1,12}	Sopa	Sopa de Brócolos	Sopa de Brócolos	Banana + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Banana + 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	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 14 a 18 de Outubro 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 Feijão-verde	Sopa de Feijão-verde	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio simples ¹	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão Saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Maçã	
		Prato	Peixe-espada grelhado com arroz de tomate e couve-lombarda ⁴	Peixe-espada grelhado com arroz de tomate e couve-lombarda ⁴				
		Sobremesa	Tangerina	Tangerina				
TERÇA	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	Peru estufado ao natural com massa espiral, grão-de-bico e repolho ^{1,3}	Peru estufado com massa espiral, grão-de-bico e repolho ^{1,3}				
		Sobremesa	Banana	Banana				
QUARTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Repolho	Sopa de Repolho	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Panquecas de Banana e Noz ^{1,3,7,8}	Pera	
		Prato	Dourada grelhada com batata cozida e cenoura cozida ⁴	Salada de Atum com Feijão-frade, batata, ovo e cenoura ^{3,4}				
		Sobremesa	Melão	Melão				
QUINTA	Maçã	Sopa	Creme de Cenoura, Couve-flor e Alho-francês	Creme de Cenoura, Couve-flor e Alho-francês	Farinha láctea ^{1,7}	Leite MG Simples ⁷ + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	
		Prato	Arroz de Frango ao natural com salada de alface e tomate	Arroz de Frango com salada de alface e tomate				
		Sobremesa	Laranja	Laranja				
SEXTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Couve-lombarda com Feijão-manteiga	Sopa de Couve-lombarda com Feijão-manteiga	Tangerina + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Tangerina + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷	
		Prato	Pescada assada ao natural com batata assada e Brócolos cozidos ⁴	Pescada assada ao natural com batata assada e Brócolos cozidos 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 21 a 25 de Outubro 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	Pera + Pão saloio simples ¹	Pera + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Bife de peru grelhado com arroz de cenoura e couve-lombarda	Feijoada de Peru com arroz branco e salada de alface			
		Sobremesa	Laranja	Laranja			
TERÇA	Pera	Sopa	Creme de Cenoura	Creme de Cenoura	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão Saloio com Fambre de Peru ^{1,6,7}	Maçã
		Prato	Massa de Salmão com Espinafres e salada de tomate ^{1,3,4}	Massa de Salmão com Espinafres e salada de tomate ^{1,3,4}			
		Sobremesa	Melão	Melão			
QUARTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Brócolos	Sopa de Brócolos	Melão + Panquecas de logurte e Banana ^{1,3,7}	Melão + Panquecas de logurte e Banana ^{1,3,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Arroz de Vitela com ervilhas, cenoura e penca	Arroz de Vitela com ervilhas, cenoura e penca			
		Sobremesa	Tangerina	Tangerina			
QUINTA	Maçã	Sopa	Sopa de Espinafres	Sopa de Espinafres	Farinha láctea ^{1,7}	Leite MG Simples ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Banana
		Prato	Raia estufada ao natural com batata e salada de alface ⁴	Raia à espanhola com salada de alface ⁴			
		Sobremesa	Pera	Pera			
SEXTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Creme de Abóbora, Couve-flor e Alho-francês	Creme de Abóbora, 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	Coxa de Frango assado ao natural c/ arroz de cenoura e salada de tomate ¹	Coxa de Frango assado ao natural c/ arroz de cenoura e salada de tomate ¹			
		Sobremesa	Maçã	Maçã			

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 28 de Outubro a 01 de Novembro 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 Queijo ^{1,7}	Sopa	Creme de Cenoura	Creme de Cenoura	logurte sólido de aromas ⁷ + Pão Saloio simples ¹	logurte sólido de aromas ⁷ + Pão Saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Banana	
		Prato	Pescada grelhada com batata e Brócolos cozidos ⁴	Pescada grelhada com batata e Brócolos cozidos ⁴				
		Sobremesa	Pera	Pera				
TERÇA	Maçã	Sopa	Sopa de Penca	Sopa de Penca	Farinha láctea ^{1,7}	Leite MG Simples ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	
		Prato	Peru estufado ao natural, com arroz branco e salada de alface	Peru estufado com arroz branco, feijão-preto e salada de alface				
		Sobremesa	Laranja	Laranja				
QUARTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Sopa de Brócolos	Sopa de Brócolos	Salada de Fruta + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Salada de Fruta + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷	
		Prato	Cação estufado ao natural com batata estufada, cenoura e feijão-verde ⁴	Cação estufado ao natural com batata estufada, cenoura e feijão-verde ⁴				
		Sobremesa	Banana	Banana				
QUINTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	<i>Vomitado de Zombie</i> (Creme de Feijão-verde)	<i>Vomitado de Zombie</i> (Creme de Feijão-verde)	logurte sólido de aromas ⁷ + Pão Saloio simples ¹	<i>Batido terrorífico com Monstros</i> (Batido de Beterraba e Banana ⁷ + Scones ^{1,3,7})	Pera	
		Prato	<i>Arroz de Sangue com pedaços de pele</i> (Bife de Frango grelhado com arroz de tomate e salada de alface ^{1,3})	<i>Arroz de Sangue com pedaços de pele</i> (Bife de Frango grelhado com arroz de tomate e salada de alface ^{1,3})				
		Sobremesa	<i>Cérebro esmagado</i> (Maçã)	<i>Cérebro esmagado</i> (Maçã)				

FERIADO

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