

EMENTA PRÉ-ESCOLAR

Semana de 02 a 06 de Setembro 2024

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Sopa de Repolho	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão Salão com Manteiga ^{1,7}	Maçã
		Prato	Peru estufado com feijão-preto, arroz branco e salada de Tomate		
		Sobremesa	Laranja		
TERÇA	Pão salão com Queijo ^{1,7}	Sopa	Crepe de Abóbora, Curgete, Couve-flor	Melancia + Scones ^{1,3,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Raia à espanhola com salada de couve-roxa e cenoura raspada ⁴		
		Sobremesa	Pera		
QUARTA	Maçã	Sopa	Sopa de Brócolos	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão salão com Queijo ^{1,7}	Banana
		Prato	Coxas de frango estufadas com cenoura, massa esparguete e salada de tomate ^{1,3}		
		Sobremesa	Melão		
QUINTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Crepe de Chuchu e Cenoura	Laranja laminada + Pão salão com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Filetes de Pescada fritos com arroz de tomate e salada de alface ^{1,3,4,7}		
		Sobremesa	Melancia		
SEXTA	Pão salão com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Feijão-verde	Leite MG Simples ⁷ + Pão Salão com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Pera
		Prato	Coelho à jardineira com salada de pepino		
		Sobremesa	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 PRÉ-ESCOLAR

Semana de 09 a 13 de Setembro 2024

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Maçã	Sopa	Sopa de Brócolos	Batido de Banana ⁷ + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
		Prato	Costeleta grelhada com arroz colorido (cenoura, milho, feijão-verde)		
		Sobremesa	Pera		
TERÇA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Creme de Alface	Iogurte sólido de aromas ⁷ + Panquecas de Beterraba e Banana ^{1,3,7}	Maçã
		Prato	Cação panado no forno com salada russa e salada de tomate ^{1,4}		
		Sobremesa	Melancia		
QUARTA	Pera	Sopa	Sopa de Espinafres	Leite MG Simples ⁷ + Pão Saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	1 Iogurte líquido de aromas ⁷
		Prato	Vitela estufada com cenoura, feijão-vermelho, massa cotovelos e repolho ^{1,3}		
		Sobremesa	Laranja		
QUINTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Creme de Abóbora, Chuchu e Couve-flor	Uvas + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Banana
		Prato	Empadão de Atum com grelos e salada de tomate ^{1,3,4,6,7,8,9,12}		
		Sobremesa	Maçã/Bolo de Laranja ^{1,3,7}		
SEXTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Couve-lombarda	1 Iogurte líquido de aromas ⁷ + Cereais Corn Flakes sem açúcar ^{1,8}	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
		Prato	Arroz de Pato salada de alface e cenoura raspada ^{1,6,7}		
		Sobremesa	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 PRÉ-ESCOLAR

Semana de 16 a 20 de Setembro 2024

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Sopa de Espinafres	Melão + Pão Salão com Queijo ^{1,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Arroz de Peixe com ervilhas, cenoura e salada de alface ⁴		
		Sobremesa	Melancia		
TERÇA	Pão salão com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Brócolos	Batido de Fruta ⁷ + Scones ^{1,3,7}	Banana
		Prato	Esparguete à Bolonesa com salada de alface e couve-roxa ^{1,3}		
		Sobremesa	Laranja		
QUARTA	Pera	Sopa	Sopa de Repolho e Feijão-manteiga	logurte sólido de aromas ⁷ + Pão Salão com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
		Prato	Bacalhau a Brás com salada de pepino e tomate ^{3,4}		
		Sobremesa	Maçã		
QUINTA	Pão salão com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Couve-lombarda	Melancia + Panquecas de Banana e logurte ^{1,3,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Coxas de frango à Kiev com arroz de cenoura e salada de alface ¹		
		Sobremesa	Melão		
SEXTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Crema de Alface e Abóbora	logurte liquido de aromas ⁷ + Pão salão com Manteiga ^{1,7}	Maçã
		Prato	Salada de Feijão-frade com Atum, Ovo, Batata, Cenoura ^{3,4}		
		Sobremesa	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 PRÉ-ESCOLAR

Semana de 23 a 27 de Setembro 2024

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Brócolos	Iogurte sólido de aromas ⁷ + Pão Saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Banana
		Prato	Feijoada de Frango com arroz branco e salada de alface		
		Sobremesa	Laranja		
TERÇA	Maçã	Sopa	Sopa de Espinafres	Leite MG Simples ⁷ + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
		Prato	Caldeirada de Raia com salada de alface ⁴		
		Sobremesa	Melão		
QUARTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Creme de Feijão-verde	Melão + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 Iogurte líquido de aromas ⁷
		Prato	Massa à Lavrador com salada de tomate ^{1,3,6,7}		
		Sobremesa	Maçã		
QUINTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Couve-lombarda	Leite MG Simples ⁷ + Cereais Corn Flakes sem açúcar ^{1,8}	Maçã
		Prato	Filete de Pescada à rosa do adro com arroz de tomate e salada de pepino ^{1,3,4}		
		Sobremesa	Uvas		
SEXTA	Pera	Sopa	Creme de Alface	Laranja Laminada + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	1 Iogurte líquido de aromas ⁷
		Prato	Peru estufado com massa esparguete, cenoura e salada de tomate ^{1,3}		
		Sobremesa	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 rijas, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de Sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos.

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

EMENTA PRÉ-ESCOLAR

Semana de 30 de Setembro a 04 de Outubro 2024

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Sopa de Brócolos	Laranja laminada + Pão Salão com Queijo ^{1,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Pescada à espanhola com salada de alface e cenoura raspada ⁴		
		Sobremesa	Melão		
TERÇA	Maçã	Sopa	Crepe de Chuchu e Cenoura	logurte sólido de aromas ⁷ + Pão salão com Manteiga ^{1,7}	Banana
		Prato	Costeleta grelhada com massa de tomate e salada de pepino ^{1,3}		
		Sobremesa	Pera		
QUARTA	Pão salão com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Feijão-verde	Melão + Pão Salão com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Cação frito com arroz de feijão-vermelho e repolho ^{1,4}		
		Sobremesa	Uvas		
QUINTA	Pera	Sopa	Sopa de Espinafres	Leite MG Simples ⁷ + Pão Salão com Manteiga ^{1,7}	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
		Prato	Coxa de Peru assado com batata assada e salada de couve-roxa		
		Sobremesa	Laranja		
SEXTA	Pão salão com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Repolho e Feijão-manteiga	logurte liquido de aromas ⁷ + Panquecas de Beterraba e Banana ^{1,3,7}	Maçã
		Prato	Massada de Peixe com pimentos e salada de alface ^{1,3,4,8,14}		
		Sobremesa	Nectarina		

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