

EMENTA CRECHE

Semana de 03 a 07 de Fevereiro 2025

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO SALA 1 ANO		ALMOÇO SALA 2 ANOS	LANCHE SALA 1 ANO	LANCHE SALA 2 ANOS	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Maçã	Sopa	Espinafres	Espinafres	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	Vitela estufada ao natural com massa esparguete, cenoura e repolho ^{1,3}	Almondegas com massa esparguete e Juliana de legumes (Repolho e Cenoura) ^{1,3}			
		Sobremesa	Tangerina	Espinafres			
TERÇA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Couve-lombarda e feijão-manteiga	Couve-lombarda e feijão-manteiga	Laranja laminada + Panquecas de Banana ^{1,3,7}	Laranja laminada + Panquecas de Banana ^{1,3,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Cação grelhado com arroz de tomate e penca ⁴	Cação grelhado com arroz de tomate e penca ⁴			
		Sobremesa	Maçã	Maçã			
QUARTA	Pera	Sopa	Brócolos	Brócolos	Leite MG ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Leite MG ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Maçã
		Prato	Frango estufado ao natural com batata, cenoura e feijão-verde	Frango estufado com batata, cenoura e feijão-verde			
		Sobremesa	Banana	Banana			
QUINTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Creme de Abóbora, Curgete e Couve-flor	Creme de Abóbora, Curgete e Couve-flor	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio simples ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Banana
		Prato	Massa com Salmão e Espinafres e salada de tomate ^{1,3,4}	Massa com Salmão e Espinafres e salada de tomate ^{1,3,4}			
		Sobremesa	Pera	Pera			
SEXTA	Maçã	Sopa	Couve-lombarda	Couve-lombarda	Batido de Banana ⁷ + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Batido de Banana ⁷ + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Bolachas Maria/Torrada ^{1, 3,6,7,8,11,12}
		Prato	Feijoada de Peru com arroz branco e salada de alface	Feijoada de Peru com 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 10 a 14 de Fevereiro 2025

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 Abóbora, Couve-flor e Alho-francês	Creme de Abóbora, Couve-flor e Alho-francês	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Maçã
		Prato	Peixe-espada assado ao natural com batata assada e brócolos cozidos ⁴	Peixe-espada assado ao natural com batata assada e brócolos cozidos ⁴			
		Sobremesa	Pera	Pera			
TERÇA	Pera	Sopa	Brócolos	Brócolos	Melão + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Melão + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Peito de Frango estufado ao natural com arroz branco, feijão-preto e salada de alface	Peito de Frango com arroz branco, feijão-preto e salada de alface			
		Sobremesa	Tangerina	Tangerina			
QUARTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Couve lombarda e Feijão-manteiga	Sopa de Couve lombarda e Feijão-manteiga	Leite MG ⁷ + Pão saloio simples ¹	Leite MG ⁷ + Pão saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Banana
		Prato	Pescada cozida com todos (pescada, ovo, batata e feijão-verde) ^{3,4}	Pescada cozida com todos (pescada, ovo, batata e feijão-verde) ^{3,4}			
		Sobremesa	Uvas	Uvas			
QUINTA	Maçã	Sopa	Feijão-verde	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}	Pera
		Prato	Arroz de Pato ao natural com salada de alface e tomate	Arroz de Pato ao natural com salada de alface e tomate			
		Sobremesa	Laranja	Laranja			
SEXTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Repolho	Sopa de Repolho	Tangerina + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Tangerina + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Vitela estufada ao natural com massa esparguete e Cenoura raspada ^{1,3}	Esparguete à Bolonhesa com Cenoura raspada ^{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 17 a 21 de Fevereiro 2025

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO SALA 1 ANO		ALMOÇO SALA 2 ANOS	LANCHE SALA 1 ANO	LANCHE SALA 2 ANOS	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Pera	Sopa	Brócolos	Brócolos	Leite MG ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Leite MG ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Banana
		Prato	Jardineira de Peru com salada de tomate	Jardineira de Peru com salada de tomate			
		Sobremesa	Tangerina	Tangerina			
TERÇA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Espinafres	Espinafres	Laranja laminada + Panquecas de logurte e Banana ^{1,3,7}	Laranja laminada + Panquecas de logurte e Banana ^{1,3,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Cação panado no forno com arroz de feijão-vermelho e penca ^{1,4}	Cação panado no forno com arroz de feijão-vermelho e penca ^{1,4}			
		Sobremesa	Pera	Pera			
QUARTA	Maçã	Sopa	Creme de Abóbora, Couve-flor e Alho-francês	Creme de Abóbora, 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 Queijo ^{1,7}	Pera
		Prato	Coelho estufado com batata estufada e salada de Alface e Cenoura raspada	Coelho estufado com batata estufada e salada de Alface e Cenoura raspada			
		Sobremesa	Melão	Melão			
QUINTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Repolho	Repolho	Salada de Fruta + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Salada de Fruta + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte liquido de aromas ⁷
		Prato	Massada de Peixe ao natural com pimentos, cenoura e salada de alface ^{1,3,4}	Massada de Peixe com pimentos, cenoura e salada de alface ^{1,3,4}			
		Sobremesa	Banana	Banana			
SEXTA	Pera	Sopa	Feijão-verde	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	Coxas de Frango assadas ao natural com arroz de cenoura e salada de tomate	Coxas de Frango assadas no forno com arroz de cenoura e salada de tomate			
		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 24 a 28 de Fevereiro 2025

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO SALA 1 ANO		ALMOÇO SALA 2 ANOS	LANCHE SALA 1 ANO	LANCHE SALA 2 ANOS	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Pera	Sopa	Espinafres	Espinafres	Laranja laminada + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Laranja laminada + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Massa simples de Atum com Cenoura e Brócolos ^{1,3,4}	Massa simples de Atum com Cenoura e Brócolos ^{1,3,4}			
		Sobremesa	Uvas	Uvas			
TERÇA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Repolho e Feijão-Branco	Repolho e Feijão-Branco	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}	Pera
		Prato	Caldeirada de Pescada com cenoura raspada ⁴	Caldeirada de Pescada com cenoura raspada ⁴			
		Sobremesa	Tangerina	Tangerina			
QUARTA	Maçã	Sopa	Brócolos	Brócolos	Melão + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Melão + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Massa de Peru ao natural com cenoura, grão-de-bico e penca ^{1,3}	Massa de Peru com cenoura, grão-de-bico e penca ^{1,3}			
		Sobremesa	Banana	Banana			
QUINTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Creme de Abóbora e Alface	Creme de Abóbora e Alface	Leite MG ⁷ + Scones ^{1,3,7}	Leite MG ⁷ + Scones ^{1,3,7}	Banana
		Prato	Filete de Salmão assado ao natural com batata assada e Feijão-verde cozido ⁴	Filete de Salmão no forno com batata assada e Feijão-verde cozido ⁴			
		Sobremesa	Laranja	Laranja			
SEXTA	Pera	Sopa	Couve-lombarda	Couve-lombarda	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Bolachas Maria/Torrada ^{1, 3,6,7,8,11,12}
		Prato	Bife de Frango grelhado com arroz de ervilhas e salada de tomate	Bife de Frango grelhado com arroz de ervilhas e salada de tomate			
		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