

EMENTA CRECHE

Semana de 06 a 10 de janeiro 2025

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	Laranja laminada + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Laranja laminada + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Salmão Grelhado com batata cozida, ovo cenoura e penca ^{3,4}	Salmão Grelhado com batata cozida, ovo cenoura e penca ^{3,4}			
		Sobremesa	Pera	Pera			
TERÇA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Espinafres	Sopa de Espinafres	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Panquecas de Banana ^{1,3,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Panquecas de Banana ^{1,3,7}	Pera
		Prato	Vitela estufada ao natural com massa esparguete, cenoura e repolho ^{1,3}	Vitela estufada com massa esparguete, cenoura e repolho ^{1,3}			
		Sobremesa	Uvas	Uvas			
QUARTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Sopa de Repolho	Sopa de Repolho	Leite MG ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Leite MG ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Maçã
		Prato	Cação assado ao natural com arroz de feijão-vermelho e repolho ⁴	Cação panado no forno com arroz de feijão-vermelho e repolho ^{1,4}			
		Sobremesa	Laranja	Laranja			
QUINTA	Pera	Sopa	Creme de Brócolos	Creme de Brócolos	Melão + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Melão + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Jardineira de Peru com salada de tomate	Jardineira de Peru com salada de tomate			
		Sobremesa	Banana	Banana			
SEXTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Grelas	Sopa de Grelas	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}	Banana
		Prato	Raia grelhada com arroz de tomate e salada de alface e cenoura raspada ⁴	Raia grelhada com arroz de tomate e salada de alface e cenoura raspada ^{1,4}			
		Sobremesa	Tangerina	Tangerina			

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, ¹⁴Moluscus.

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

EMENTA CRECHE

Semana de 13 a 17 de janeiro 2025

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 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}	Pera
		Prato	Coxa de Frango assada ao natural c/ arroz de ervilhas e salada de Tomate	Coxa de Frango à Rosa do Adro com arroz de ervilhas e salada de Tomate ¹			
		Sobremesa	Banana	Banana			
TERÇA	Maçã	Sopa	Sopa de Feijão-verde	Sopa de Feijão-verde	Batido de Banana ⁷ + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Batido de Banana ⁷ + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Caldeirada de Raia com Cenoura raspada ⁴	Caldeirada de Raia com Cenoura raspada ⁴			
		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	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}	Banana
		Prato	Arroz de Pato ao natural com salada de Tomate	Arroz de Pato ao natural com salada de Tomate			
		Sobremesa	Pera	Pera			
QUINTA	Pera	Sopa	Creme de Curgete e Couve-flor	Creme de Curgete e Couve-flor	Tangerina + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Tangerina + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Massa simples de Cação com salada de Alface e Cenoura raspada ^{1,3,4}	Massa simples de Cação com salada de Alface e Cenoura raspada ^{1,3,4}			
		Sobremesa	Laranja	Laranja			
SEXTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Repolho	Sopa de Repolho	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	Peru estufado ao natural com arroz branco e salada de tomate	Feijoada de Peru com arroz branco e salada de 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 20 a 24 de janeiro 2025

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	Melão + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Melão + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Pescada cozida com todos (Pescada, batata, ovo, cenoura e penca) ^{3,4}	Pescada cozida com todos (Pescada, batata, ovo, cenoura e penca) ^{3,4}			
		Sobremesa	Uvas	Uvas			
TERÇA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Couve-lombarda	Sopa de Couve-lombarda	Leite MG ⁷ + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Leite MG ⁷ + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Pera
		Prato	Arroz de Frango ao natural com salada de Alface	Arroz de Frango ao natural com salada de Alface			
		Sobremesa	Banana	Banana			
QUARTA	Maçã	Sopa	Creme de Alho-francês, Curgete e Couve-flor	Creme de Alho-francês, Curgete e Couve-flor	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{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	Salmão assado ao natural com batata assada e Brócolos cozidos ⁴	Salmão assado ao natural com batata assada e Brócolos cozidos ⁴			
		Sobremesa	Tangerina	Tangerina			
QUINTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa de Feijão-verde	Sopa de Feijão-verde	Laranja laminada + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Laranja laminada + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Massa simples de Vitela com feijão-vermelho, cenoura e penca ^{1,3}	Massa simples de Vitela com feijão-vermelho, cenoura e penca ^{1,3}			
		Sobremesa	Maçã	Maçã			
SEXTA	Pera	Sopa	Creme de Abóbora e Cenoura	Creme de Abóbora e Cenoura	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 tomate e salada de Alface ⁴	Peixe-espada grelhado com arroz de tomate e salada de Alface 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

EMENTA CRECHE

Semana de 27 a 31 de janeiro 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	Sopa de Brócolos	Sopa de Brócolos	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	Salada de Atum com Feijão-frade, ovo, batata e cenoura ^{3,4}	Salada de Atum com Feijão-frade, ovo, batata e cenoura ^{3,4}			
		Sobremesa	Uvas	Uvas			
TERÇA	Pera	Sopa	Creme de Alface	Creme de Alface	Melão + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Melão + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Bife de Peru grelhado com arroz de cenoura e salada de tomate	Bife de Peru grelhado com arroz de cenoura e salada de tomate			
		Sobremesa	Tangerina	Tangerina			
QUARTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Sopa Juliana (Cebola, Cenoura e Repolho)	Sopa Juliana (Cebola, Cenoura e Repolho)	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Scones ^{1,3,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Scones ^{1,3,7}	Pera
		Prato	Raia à espanhola com salada de Alface ⁴	Raia à espanhola com salada de Alface ⁴			
		Sobremesa	Maçã	Maçã			
QUINTA	Maçã	Sopa	Sopa de Espinafres	Sopa de Espinafres	Leite MG ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Leite MG ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
		Prato	Massa de Frango ao natural com grão-de-bico, cenoura e penca ^{1,3}	Massa de Frango ao natural com grão-de-bico, cenoura e penca ^{1,3}			
		Sobremesa	Laranja	Laranja			
SEXTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Sopa de Couve-lombarda	Sopa de Couve-lombarda	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	Pescada assada no forno com batata assada e brócolos cozidos ⁴	Pescada assada no forno com batata assada e brócolos cozidos 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