

EMENTA CRECHE

Semana de 02 a 06 de Junho 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	Brócolos	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}	Pera	
		Prato	Bife de Frango grelhado com arroz de tomate e salada de alface	Bife de Frango grelhado com arroz de tomate e salada de alface				
		Sobremesa	Laranja	Laranja				
TERÇA	Pera	Sopa	Repolho e Feijão-manteiga	Repolho e Feijão-manteiga	Melancia + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Melancia + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷	
		Prato	Peixe-espada grelhado com batata cozida e salada de tomate e pepino ⁴	Peixe-espada grelhado com batata cozida e salada de tomate e pepino ⁴				
		Sobremesa	Melão	Melão				
QUARTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Creme de Alface	Creme de Alface	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	Massa simples de Peru com feijão-vermelho, cenoura e repolho ^{1,3}	Massa simples de Peru com feijão-vermelho, cenoura e repolho ^{1,3}				
		Sobremesa	Pera	Pera				
QUINTA	Maçã	Sopa	Couve-lombarda	Couve-lombarda	Laranja laminada + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Laranja laminada + Pão saloio com Manteiga ^{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	Melancia	Melancia				
SEXTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Feijão-verde	Feijão-verde	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Banana	
		Prato	Arroz de Vitela ao natural com ervilhas, cenoura e salada de alface	Arroz de Vitela ao natural com ervilhas, cenoura e salada de alface				
		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, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos.

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

EMENTA CRECHE

Semana de 09 a 13 de Junho 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 Manteiga ^{1,7}	Sopa	Espinafres	Espinafres	Melancia + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Melancia + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Pescada à espanhola com salada e alface e tomate ⁴	Pescada à espanhola com salada e alface e tomate ⁴			
		Sobremesa	Uvas	Uvas			

FERIADO

QUARTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Repolho	Repolho	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Banana
		Prato	Massa de Salmão ao natural com Espinafres e Cenoura ^{1,3,4}	Massa de Salmão ao natural com Espinafres e Cenoura ^{1,3,4}			
		Sobremesa	Melancia	Melancia			

QUINTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Couve-lombarda	Couve-lombarda	Melão + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Melão + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Feijoada de Peru ao natural com salada de alface	Feijoada de Peru ao natural com salada de alface			
		Sobremesa	Laranja	Laranja			

SEXTA	Pera	Sopa	Creme de Cenoura, Abóbora e Couve-flor	Creme de Cenoura, Abóbora e Couve-flor	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	Raia assada ao natural com batata assada e salada de tomate e pepino ^{1,3,4}	Raia assada ao natural com batata assada e salada de tomate e pepino ^{1,3,4}			
		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 16 a 20 de Junho 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	Couve-lombarda	Couve-lombarda	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Scones ^{1,3,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Scones ^{1,3,7}	Maçã
		Prato	Arroz de Frango ao natural com salada de alface e cenoura	Arroz de Frango ao natural com salada de alface e cenoura			
		Sobremesa	Laranja	Laranja			
TERÇA	Pera	Sopa	Creme de Chuchu, Couve-flor e Cenoura	Creme de Chuchu, Couve-flor e Cenoura	Melão + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Melão + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Pescada grelhada com batata cozida e brócolos cozidos ⁴	Pescada grelhada com batata cozida e brócolos cozidos ⁴			
		Sobremesa	Melancia	Melancia			
QUARTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Feijão-verde	Feijão-verde	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Pera
		Prato	Macarrão simples de Vitela com cenoura e couve-lombarda ^{1,3}	Macarrão simples de Vitela com cenoura e couve-lombarda ^{1,3}			
		Sobremesa	Maçã	Maçã			

FERIADO

SEXTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Brócolos	Brócolos	Melancia + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Melancia + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Banana
		Prato	Peito de Peru estufado ao natural com arroz branco, feijão-preto e salada de pepino	Peito de Peru estufado ao natural com arroz branco, feijão-preto e salada de pepino			
		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, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos.

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

EMENTA CRECHE

Semana de 23 a 27 de Junho 2025

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO SALA 1 ANO		ALMOÇO SALA 2 ANOS	LANCHE SALA 1 ANO	LANCHE SALA 2 ANOS	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Pera	Sopa	Repolho e Feijão-branco	Repolho e Feijão-branco	Laranja laminada + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Laranja laminada + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Massa espiral de Peru ao natural com cenoura e salada de alface ^{1,3}	Massa espiral de Peru ao natural com cenoura e salada de alface ^{1,3}			
		Sobremesa	Melancia	Melancia			

FERIADO

QUARTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Feijão-verde	Feijão-verde	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Panquecas de Banana e Aveia ^{1,3,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Panquecas de Banana e Aveia ^{1,3,7}	Pera
		Prato	Coxas de Frango assadas ao natural com arroz de ervilhas e salada de tomate	Coxas de Frango assadas ao natural com arroz de ervilhas e salada de tomate			
		Sobremesa	Laranja	Laranja			

QUINTA	Maçã	Sopa	Creme de Abóbora, Couve-flor e Alho-francês	Creme de Abóbora, Couve-flor e Alho-francês	Melancia + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Melancia + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Salada de Atum com cenoura, feijão-frade, ovo e batata ^{3,4}	Salada de Atum com cenoura, feijão-frade, ovo e batata ^{3,4}			
		Sobremesa	Pera	Pera			

SEXTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	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	Bife de Peru grelhado com arroz branco e salada de tomate e pepino ^{1,6,7}	Bife de Peru grelhado com arroz branco e salada de tomate e pepino ^{1,6,7}			
		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 30 de Junho a 04 de Julho 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 Manteiga ^{1,7}	Sopa	Creme de Curgete, Alho-francês e Couve-flor	Creme de Curgete, Alho-francês e Couve-flor	Melancia + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Melancia + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷	
		Prato	Cação grelhado com arroz de feijão-vermelho e salada de alface e tomate ⁴	Cação grelhado com arroz de feijão-vermelho e salada de alface e tomate ⁴				
		Sobremesa	Melão	Melão				
TERÇA	Pera	Sopa	Brócolos	Brócolos	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Scones ^{1,3,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Scones ^{1,3,7}	Pera	
		Prato	Frango estufado ao natural com massa esparguete, cenoura, ervilhas e salada de pepino ^{1,3}	Frango estufado ao natural com massa esparguete, cenoura, ervilhas e salada de pepino ^{1,3}				
		Sobremesa	Laranja	Laranja				
QUARTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Creme de Alface	Creme de Alface	Melão + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Melão + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷	
		Prato	Peixe-espada assado ao natural com batata assada e repolho cozido ⁴	Peixe-espada assado ao natural com batata assada e repolho cozido ⁴				
		Sobremesa	Melancia	Melancia				
QUINTA	Maçã	Sopa	Feijão-verde	Feijão-verde	Leite MG ⁷ + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Leite MG ⁷ + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Banana	
		Prato	Arroz de Pato ao natural com salada de alface e tomate ^{1,6,7}	Arroz de Pato ao natural com salada de alface e tomate ^{1,6,7}				
		Sobremesa	Maçã	Maçã				
SEXTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Repolho e feijão-manteiga	Repolho e feijão-manteiga	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	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	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