

EMENTA CRECHE

Semana de 05 a 09 de Maio 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 + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Banana
		Prato	Frango estufado ao natural com massa espiral, grão-de-bico e salada de pepino ^{1,3}	Frango estufado com massa espiral, grão-de-bico e salada de pepino ^{1,3}			
		Sobremesa	Maçã	Maçã			
TERÇA	Pera	Sopa	Creme de Cenoura, Couve-flor e Abóbora	Creme de Cenoura, Couve-flor e Abóbora	Laranja laminada + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Laranja laminada + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Cação grelhado com arroz branco e legumes cozidos (brócolos e cenoura) ⁴	Cação grelhado com arroz branco e legumes cozidos (brócolos e cenoura) ⁴			
		Sobremesa	Melancia	Melancia			
QUARTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Brócolos	Brócolos	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	Vitela estufada com massa cotovelos, feijão-vermelho, cenoura e repolho ^{1,3}	Vitela estufada com massa cotovelos, feijão-vermelho, cenoura e repolho ^{1,3}			
		Sobremesa	Pera	Pera			
QUINTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Creme de Abóbora, Curgete e Alho-francês	Creme de Abóbora, Curgete e Alho-francês	Melancia + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Melancia + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Pescada assada ao natural com batata assada e salada de alface e tomate ⁴	Pescada assada no forno com batata assada e salada de alface e tomate ⁴			
		Sobremesa	Banana	Banana			
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	Feijoada de Peru ao natural com brócolos cozidos	Feijoada de Peru ao natural com brócolos cozidos			
		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 12 a 16 de Maio 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	Brócolos	Brócolos	Melancia + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Melancia + Pão saloio com Queijo ^{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			
TERÇA	Maçã	Sopa	Creme de Curgete, Couve-flor e Alho-francês	Creme de Curgete, Couve-flor e Alho-francês	Leite MG ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Leite MG ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Banana
		Prato	Coxas de Frango assadas ao natural com arroz de ervilhas e salada de alface	Coxas de Frango assadas ao natural com arroz de ervilhas e salada de alface			
		Sobremesa	Laranja	Laranja			
QUARTA	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}	Pera
		Prato	Massada de Cação com cenoura e salada de tomate e pepino ^{1,3,4}	Massada de Cação com cenoura e salada de tomate e pepino ^{1,3,4}			
		Sobremesa	Melancia	Melancia			
QUINTA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Repolho	Repolho	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 Peru assado no forno com arroz branco e salada de alface e cenoura raspada	Coxa de Peru assado no forno com arroz branco e salada de alface e cenoura raspada			
		Sobremesa	Maçã	Maçã			
SEXTA	Pera	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}	Maçã
		Prato	Pescada cozida com batata, cenoura e repolho cozido ⁴	Pescada cozida com batata, cenoura e repolho cozido 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 19 a 23 de Maio 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 + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Maçã
		Prato	Peito de Frango ao natural com arroz branco, feijão-preto e salada de alface	Peito de Frango ao natural com arroz branco, feijão-preto e salada de alface			
		Sobremesa	Banana	Banana			
TERÇA	Pera	Sopa	Creme de Curgete, Couve-flor e Alho-francês	Creme de Curgete, Couve-flor e Alho-francês	Melão + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Melão + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Caldeirada de Raia com salada de pepino e tomate ⁴	Caldeirada de Raia com salada de pepino e tomate ⁴			
		Sobremesa	Pera	Pera			
QUARTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Repolho	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}	Pera
		Prato	Vitela estufada ao natural com massa esparguete, cenoura e espinafres ^{1,3}	Massa à Bolonhesa com salada de alface e cenoura raspada ^{1,3}			
		Sobremesa	Laranja	Laranja			
QUINTA	Maçã	Sopa	Brócolos	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	Filetes de Pescada grelhados com arroz de feijão-vermelho com repolho e salada de pepino ⁴	Filetes de Pescada grelhados com arroz de feijão-vermelho com repolho e salada de pepino ⁴			
		Sobremesa	Melancia	Melancia			
SEXTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Espinafres	Espinafres	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 alface	Jardineira de Peru com 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, ¹²Dioxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos.

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

EMENTA CRECHE

Semana de 26 a 30 de Maio 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	Repolho	Repolho	Laranja laminada + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Laranja laminada + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Cação panado no forno com arroz de tomate e salada de pepino ^{1,4}	Cação panado no forno com arroz de tomate e salada de pepino ^{1,4}			
		Sobremesa	Pera	Pera			
TERÇA	Pera	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	Peru assado ao natural com batata assada e brócolos cozidos	Peru assado ao natural com batata assada e brócolos cozidos			
		Sobremesa	Melão	Melão			
QUARTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Feijão-verde	Feijão-verde	Leite MG ⁷ + Scones ^{1,3,7}	Leite MG ⁷ + Scones ^{1,3,7}	Pera
		Prato	Massa de Pescada ao natural com cenoura e couve-lombarda ⁴	Massa de Pescada ao natural com cenoura e couve-lombarda ⁴			
		Sobremesa	Banana	Banana			
QUINTA	Maçã	Sopa	Brócolos	Brócolos	Melancia + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Melancia + Pão saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Arroz de Pato ao natural salada de alface e tomate	Arroz de Pato ao natural salada de alface e tomate			
		Sobremesa	Laranja	Laranja			
SEXTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Couve-lombarda	Couve-lombarda	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}	Banana
		Prato	Dourada grelhada com batata cozida e feijão-verde cozido ⁴	Dourada grelhada com batata cozida e feijão-verde cozido ⁴			
		Sobremesa	Melancia	Melancia			

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