

EMENTA CRECHE

Semana de 06 a 10 de Abril de 2026

	REFORÇO MANHÃ	ALMOÇO SALA 1 ANO		ALMOÇO SALA 2 ANOS		LANCHE SALA 1 ANO	LANCHE SALA 2 ANOS	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	ENCERRADO							
TERÇA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Espinafres	Espinafres	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	Massa de Peru ao natural com ervilhas, cenoura, repolho e salada de Alface ^{1,3}	Massa de Peru ao natural com ervilhas, cenoura, repolho e salada de Alface ^{1,3}				
		Sobremesa	Laranja	Laranja				
QUARTA	Pera	Sopa	Couve-lombarda e Feijão-vermelho	Couve-lombarda e Feijão-vermelho	Melão + Pão Saloio com Queijo de Barrar ^{1,7}	Melão + Pão Saloio com Queijo de Barrar ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷	
		Prato	Peixe-espada grelhado c/ batata cozida e legumes cozidos (Feijão-verde e Couve-flor) ⁴	Empadão de Atum com Repolho e salada de Tomate ^{1,3,4,6,7,8,9,12}				
		Sobremesa	Banana	Banana				
QUINTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Brócolos	Brócolos	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Panquecas de Banana e Beterraba ^{1,3,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Panquecas de Banana e Beterraba ^{1,3,7}	Pera	
		Prato	Peito de Frango estufado ao natural com arroz branco, feijão-preto e salada de Alface e Cenoura raspada	Peito de Frango estufado ao natural com arroz branco, feijão-preto e salada de Alface e Cenoura raspada				
		Sobremesa	Tangerina	Tangerina				
SEXTA	Maçã	Sopa	Creme de Abóbora, Alho-francês e Alface	Creme de Abóbora, Alho-francês e Alface	Leite MG ⁷ simples + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Leite MG ⁷ simples + Cereais Corn Flakes sem açúcar ^{1,8}	Banana	
		Prato	Massada de Salmão ao natural com Cenoura, Pimentos, Espinafres e salada de Tomate ^{1,3,4}	Massada de Salmão ao natural com Cenoura, Pimentos, Espinafres e salada de Tomate ^{1,3,4}				
		Sobremesa	Pera	Pera				

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 13 a 17 de Abril de 2026

	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	Couve-lombarda e Feijão-manteiga	Couve-lombarda e Feijão-manteiga	Leite MG ⁷ simples + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Leite MG ⁷ simples + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Banana	
		Prato	Bife de Frango grelhado c/ arroz de tomate e salada de Alface e Cenoura raspada ^{1,3}	Bife de Frango grelhado c/ arroz de tomate e salada de Alface e Cenoura raspada ^{1,3}				
		Sobremesa	Laranja	Laranja				
TERÇA	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	Pescada estufada ao natural com batata estufada, Repolho e Couve-flor cozida ⁴	Pescada estufada ao natural com batata estufada, Repolho e Couve-flor cozida ⁴				
		Sobremesa	Melão	Melão				
QUARTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Brócolos	Brócolos	Leite MG ⁷ simples + Panquecas de Banana ^{1,3,7}	Leite MG ⁷ simples + Panquecas de Banana ^{1,3,7}	Maçã	
		Prato	Vitela estufada ao natural c/ massa espiral e salada de Alface e Cenoura ^{1,3}	Vitela estufada ao natural c/ massa espiral e salada de Alface e Cenoura ^{1,3}				
		Sobremesa	Tangerina	Tangerina				
QUINTA	Pera	Sopa	Creme de Abóbora, Couve-flor e Curgete	Creme de Abóbora, Couve-flor e Curgete	Laranja laminada + Pão Saloio com Queijo de Barrar ^{1,7}	Laranja laminada + Pão Saloio com Queijo de Barrar ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷	
		Prato	Raia assada ao natural c/ arroz de feijão-vermelho e repolho ⁴	Raia panada no forno c/ arroz de feijão-vermelho e salada de Tomate e Pepino ^{1,3,4}				
		Sobremesa	Banana	Banana				
SEXTA	Maçã	Sopa	Espinafres	Espinafres	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Scones ^{1,3,7}	Banana	
		Prato	Jardineira da Peru (ervilha, cenoura, batata, feijão-verde)	Jardineira da Peru (ervilha, cenoura, batata, feijão-verde)				
		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 20 a 24 de Abril de 2026

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 Alface e Grão-de-bico	Creme de Alface e Grão-de-bico	Leite MG ⁷ simples + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Leite MG ⁷ simples + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Pera	
		Prato	Pescada assada ao natural c/ batata assada, Brócolos e Couve-lombarda cozida ⁴	Pescada assada ao natural c/ batata assada, Brócolos e Couve-lombarda cozida ⁴				
		Sobremesa	Melão	Melão				
TERÇA	Maçã	Sopa	Espinafres	Espinafres	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	Feijoada de Frango com arroz branco e salada de Alface e Cenoura raspada	Feijoada de Frango com arroz branco e salada de Alface e Cenoura raspada				
		Sobremesa	Laranja	Laranja				
QUARTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Couve-lombarda	Couve-lombarda	Farinha láctea ^{1,7}	Leite MG ⁷ simples + Cereais Corn Flakes sem açúcar ^{1,8}	Maçã	
		Prato	Salada de Atum c/ feijão-frade, cenoura, ovo, batata e salada de Tomate ^{3,4}	Salada de Atum c/ feijão-frade, cenoura, ovo, batata e salada de Tomate ^{3,4}				
		Sobremesa	Pera	Pera				
QUINTA	Pera	Sopa	Creme de Abóbora, Couve-flor, Curgete e Ervilhas	Creme de Abóbora, Couve-flor, Curgete e Ervilhas	Banana + Pão Saloio com Queijo de Barrar ^{1,7}	Banana + Pão Saloio com Queijo de Barrar ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷	
		Prato	Massa de Peru ao natural com Espinafres e Couve-lombarda ^{1,3}	Massa de Peru ao natural com Espinafres e Couve-lombarda ^{1,3}				
		Sobremesa	Tangerina	Tangerina				
SEXTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Brócolos	Brócolos	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Panquecas de Banana e Beterraba ^{1,3,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Panquecas de Banana e Beterraba ^{1,3,7}	Pera	
		Prato	Cação estufado ao natural com batata estufada e legumes cozidos (Feijão-verde e Repolho) ⁴	Cação estufado ao natural com batata estufada e legumes cozidos (Feijão-verde e Repolho) ⁴				
		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 27 de Abril a 01 de Maio de 2026

	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	Coxas de Frango assadas ao natural com arroz de cenoura, Feijão-verde e Couve-lombarda cozida	Melão + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Melão + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato						
		Sobremesa	Laranja	Laranja				
TERÇA	Pera	Sopa	Creme de Abóbora, Alho-francês e Grão-de-bico	Creme de Abóbora, Alho-francês e Grão-de-bico	Dourada grelhada com batata cozida, cenoura, ovo e Brócolos cozidos ^{3,4}	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						
		Sobremesa	Maçã	Maçã				
QUARTA	Pão saloio com Queijo de Barrar ^{1,7}	Sopa	Feijão-verde	Feijão-verde	Massa de Vitela ao natural com feijão-vermelho, cenoura e repolho ^{1,3}	Leite MG ⁷ simples + Panquecas de Pera ^{1,3,7}	Leite MG ⁷ simples + Panquecas de Pera ^{1,3,7}	Maçã
		Prato						
		Sobremesa	Tangerina	Tangerina				
QUINTA	Maçã	Sopa	Creme de Cenoura e Ervilhas	Creme de Cenoura e Ervilhas	Filetes de Pescada grelhados com arroz de tomate e salada de Alface e Pepino ⁴	Laranja laminada + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Laranja laminada + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato						
		Sobremesa	Banana	Banana				
SEXTA	FERIADO							

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