

EMENTA CRECHE

Semana de 02 a 06 de Fevereiro de 2026

REFORÇO MANHÃ		ALMOÇO SALA 1 ANO		ALMOÇO SALA 2 ANOS		LANCHE SALA 1 ANO	LANCHE SALA 2 ANOS	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Maçã	Sopa	Brócolos	Brócolos	Frango estufado ao natural com massa cotovelos, grão-de-bico, cenoura e penca ^{1,3}	Pera + Pão Saloio com Queijo de Barrar ^{1,7}	Pera + Pão Saloio com Queijo de Barrar ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato						
		Sobremesa	Laranja	Laranja				
TERÇA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Creme de Abóbora, Alho-francês e Feijão-verde	Creme de Abóbora, Alho-francês e Feijão-verde	Peixe-espada grelhado com batata cozida, Brócolos e couve-flor cozida ⁴	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	Peixe-espada grelhado com batata cozida, Brócolos e couve-flor cozida ⁴	Peixe-espada grelhado com batata cozida, Brócolos e couve-flor cozida ⁴				
		Sobremesa	Maçã	Maçã				
QUARTA	Pera	Sopa	Espinafres	Espinafres	Arroz de Vitela ao natural com Ervilhas, Couve-lombarda e Cenoura	Farinha láctea ^{1,7}	Leite MG ⁷ simples + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Maçã
		Prato	Arroz de Vitela ao natural com Ervilhas, Couve-lombarda e Cenoura	Arroz de Vitela ao natural com Ervilhas, Couve-lombarda e Cenoura				
		Sobremesa	Banana	Banana				
QUINTA	Maçã	Sopa	Repolho	Repolho	Cação estufado ao natural com batata estufada, Cenoura e Repolho cozido ⁴	Laranja laminada + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Laranja laminada + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Cação estufado ao natural com batata estufada, Cenoura e Repolho cozido ⁴	Caldeirada de Cação (Cação, Cebola, Tomate, Pimentos e Batata) c/ salada de Repolho e Cenoura raspada ⁴				
		Sobremesa	Pera	Pera				
SEXTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Couve-lombarda	Couve-lombarda	Peito de Peru estufado ao natural com feijão-preto, arroz branco e salada de Tomate e Alface	Farinha láctea ^{1,7}	Leite MG ⁷ simples + Cereais Corn Flakes sem açúcar ^{1,8}	Banana
		Prato	Peito de Peru estufado ao natural com feijão-preto, arroz branco e salada de Tomate e Alface	Peito de Peru estufado ao natural com feijão-preto, arroz branco e salada de Tomate e Alface				
		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, ¹⁴Moluscos.

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

EMENTA CRECHE

Semana de 09 a 13 de Fevereiro 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 Queijo ^{1,7}	Sopa	Brócolos	Brócolos	Empadão de Atum com espinafres e salada de alface e tomate ^{1,3,4,6,7,8,9,12}	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	Raia grelhada com batata cozida e legumes cozidos (Feijão-verde e Repolho) ⁴	Tangerina				
		Sobremesa	Tangerina	Tangerina				
TERÇA	Bolachas Maria/Torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Sopa	Creme de Abóbora, Curgete e Alface	Creme de Abóbora, Curgete e Alface	Vitela estufada ao natural com massa espiral, feijão-vermelho, penca e cenoura ^{1,3}	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 espiral, feijão-vermelho, penca e cenoura ^{1,3}	Maçã				
		Sobremesa	Maçã	Maçã				
QUARTA	Pera	Sopa	Couve-lombarda	Couve-lombarda	Arroz de Pescada com Ervilhas, Cenoura salada de Alface ⁴	Farinha láctea ^{1,7}	Leite MG ⁷ simples + Pão Saloio com Fiambre de Peru ^{1,6,7}	Maçã
		Prato	Arroz de Pescada com Ervilhas, Cenoura salada de Alface ⁴	Banana				
		Sobremesa	Banana	Banana				
QUINTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Espinafres	Espinafres	Coxa de Peru assado ao natural c/ batata assada e legumes cozidos (Brócolos, Couve-flor e Cenoura)	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão Saloio com Queijo de Barrar ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Pão Saloio com Queijo de Barrar ^{1,7}	Pera
		Prato	Coxa de Peru assado ao natural c/ batata assada e legumes cozidos (Brócolos, Couve-flor e Cenoura)	Laranja				
		Sobremesa	Laranja	Laranja				
SEXTA	Maçã	Sopa	Repolho e Feijão-vermelho	Repolho e Feijão-vermelho	Massa simples de Salmão com Espinafres e Cenoura ^{1,3,4}	Laranja laminada + Panquecas de Banana e Beterraba ^{1,3,7}	Laranja laminada + Panquecas de Banana e Beterraba ^{1,3,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Massa simples de Salmão com Espinafres e Cenoura ^{1,3,4}	Pera				
		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 16 a 20 de Fevereiro 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 Queijo ^{1,7}	Sopa	Feijão-verde	Feijão-verde	Farinha láctea ^{1,7}	Leite MG ⁷ simples + Cereais Corn Flakes sem açúcar ^{1,8}	Pera	
		Prato	Massa de Peru ao natural com Espinafres, Cenoura e salada de Tomate ^{1,3}	Massa de Peru ao natural com Espinafres, Cenoura e salada de Tomate ^{1,3}				
		Sobremesa	Tangerina	Tangerina				
TERÇA	CARNAVAL							
QUARTA	Pão saloio com Queijo de Barrar ^{1,7}	Sopa	Couve-lombarda e Feijão-branco	Couve-lombarda e Feijão-branco	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Panquecas de Pera, Beterraba e Aveia ^{1,3,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Panquecas de Pera, Beterraba e Aveia ^{1,3,7}	Maçã	
		Prato	Cação grelhado com arroz de legumes (Brócolos e Repolho) ⁴	Cação grelhado com arroz de legumes (Brócolos e Repolho) ⁴				
		Sobremesa	Banana	Banana				
QUINTA	Pera	Sopa	Espinafres	Espinafres	Farinha láctea ^{1,7}	Leite MG ⁷ simples + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Banana	
		Prato	Jardineira da Frango (ervilha, cenoura, batata, feijão-verde) com salada de Alface	Jardineira da Frango (ervilha, cenoura, batata, feijão-verde) com salada de Alface				
		Sobremesa	Laranja	Laranja				
SEXTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Creme de Abóbora, Couve-flor e Alface	Creme de Abóbora, Couve-flor e Alface	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	Pescada grelhada com arroz de feijão-vermelho com Cenoura e Couve-lombarda ⁴	Pescada grelhada com arroz de feijão-vermelho com Cenoura e Couve-lombarda 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 23 a 26 de Fevereiro de 2026

	REFORÇO MANHÃ	ALMOÇO SALA 1 ANO		ALMOÇO SALA 2 ANOS		LANCHE SALA 1 ANO	LANCHE SALA 2 ANOS	REFORÇO TARDE
SEGUNDA	Pera	Sopa	Repolho	Repolho	Feijoada de Peru com arroz branco e salada de Alface e Tomate	Tangerina + Pão Saloio com Queijo de Barrar ^{1,7}	Tangerina + Pão Saloio com Queijo de Barrar ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Bife de Peru grelhado com arroz branco, Feijão-verde e Couve-flor cozida	Maçã				
		Sobremesa	Maçã	Maçã				
TERÇA	Pão saloio com Queijo de Barrar ^{1,7}	Sopa	Creme de Abóbora, Alho-francês e Couve-flor	Creme de Abóbora, Alho-francês e Couve-flor	Raia estufada ao natural com batata estufada, Couve-lombarda e Brócolos cozidos ⁴	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}	Maçã
		Prato	Raia estufada ao natural com batata estufada, Couve-lombarda e Brócolos cozidos ⁴	Laranja				
		Sobremesa	Laranja	Laranja				
QUARTA	Maçã	Sopa	Penca	Penca	Coxas de Frango assadas ao natural com arroz de ervilhas e salada de Alface e Tomate	Pera + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Pera + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Coxas de Frango assadas ao natural com arroz de ervilhas e salada de Alface e Tomate	Tangerina				
		Sobremesa	Tangerina	Tangerina				
QUINTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Couve-lombarda e Feijão-vermelho	Couve-lombarda e Feijão-vermelho	Vitela estufada ao natural com massa esparguete, alho-francês e espinafres ^{1,3}	Farinha láctea ^{1,7}	Leite MG ⁷ simples + Cereais Corn Flakes sem açúcar ^{1,8}	Pera
		Prato	Vitela estufada ao natural com massa esparguete, alho-francês e espinafres ^{1,3}	Banana				
		Sobremesa	Banana	Banana				
SEXTA	Maçã	Sopa	Brócolos	Brócolos	Pescada assada ao natural com batata assada e legumes cozidos (repolho, feijão-verde e cenoura) 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	Pescada assada ao natural com batata assada e legumes cozidos (repolho, feijão-verde e cenoura) ⁴	Pera				
		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