

EMENTA CRECHE

Semana de 01 a 05 de Junho 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	Creme de Abóbora, Curgete e Grão-de-bico	Creme de Abóbora, Curgete e Grão-de-bico	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Scones ^{1,3,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷ + Scones ^{1,3,7}	Banana	
		Prato	Empadão de Salmão com salada de Alface e Cenoura raspada ^{1,3,4,6,7,8,9,12}	Empadão de Salmão com salada de Alface e Cenoura raspada ^{1,3,4,6,7,8,9,12}				
		Sobremesa	Melão	Melão				
TERÇA	Pera	Sopa	Repolho	Repolho	Melancia + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Melancia + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷	
		Prato	Frango estufado ao natural com massa esparguete, ervilhas, cenoura e salada de Tomate e Pepino ^{1,3}	Frango estufado com massa esparguete, ervilhas, cenoura e salada de Tomate e Pepino ^{1,3}				
		Sobremesa	Laranja	Laranja				
QUARTA	Maçã	Sopa	Feijão-verde	Feijão-verde	Leite MG ⁷ simples + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Leite MG ⁷ simples + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Pera	
		Prato	Cação panado no forno com arroz de tomate e salada de Alface e Cenoura ^{1,3,4}	Cação panado no forno com arroz de tomate e salada de Alface e Cenoura ^{1,3,4}				
		Sobremesa	Banana	Banana				
QUINTA	FERIADO							
SEXTA	Maçã	Sopa	Couve-lombarda e Feijão-manteiga	Couve-lombarda e Feijão-manteiga	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	Arroz de Pescada ao natural com Cenoura e salada de Tomate e Alface ⁴	Arroz de Pescada com Cenoura e salada de Tomate e Alface 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

EMENTA CRECHE

Semana 08 a 12 de Junho 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	Leite MG ⁷ simples + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Leite MG ⁷ simples + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Pera
		Prato	Arroz de Frango ao natural com salada de Alface e Tomate	Arroz de Frango com salada de Alface e Tomate			
		Sobremesa	Laranja	Laranja			
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	Peixe-espada grelhado com batata cozida, Repolho e Feijão-verde cozido ⁴	Peixe-espada grelhado com batata cozida, Repolho e Feijão-verde cozido ⁴			
		Sobremesa	Melão	Melão			
QUARTA	FERIADO						
QUINTA	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}	Maçã
		Prato	Salada de Atum com Feijão-frade, cenoura, ovo, batata e salada de Pepino ^{3,4}	Salada de Atum com Feijão-frade, cenoura, ovo, batata e salada de Pepino ^{3,4}			
		Sobremesa	Melancia	Melancia			
SEXTA	Pera	Sopa	Creme de Abóbora, Curgete e Cenoura	Creme de Abóbora, Curgete e Cenoura	Melão + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Melão + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Feijoada de Vitela com arroz branco e salada de Alface e Tomate	Feijoada de Vitela com arroz branco e salada de Alface e Tomate			
		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 15 a 19 de Junho 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	Espinafres e Feijão-manteiga	Espinafres 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}	Pera	
		Prato	Pescada cozida com todos (pescada, batata, ovo, cenoura, couve-lombarda) ^{3,4}	Pescada cozida com todos (pescada, batata, ovo, cenoura, couve-lombarda) ^{3,4}				
		Sobremesa	Banana	Banana				
TERÇA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Brócolos	Brócolos	Leite MG ⁷ simples + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Leite MG ⁷ simples + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Banana	
		Prato	Almôndegas com massa esparguete com salada de Alface e Cenoura raspada ^{1,3}	Almôndegas com massa esparguete com salada de Alface e Cenoura raspada ^{1,3}				
		Sobremesa	Laranja	Laranja				
QUARTA	Pera	Sopa	Feijão-verde	Feijão-verde	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 panada no forno c/ arroz de Feijão-vermelho com Repolho e salada de Pepino ^{1,3,4}	Raia panada no forno com arroz de Feijão-vermelho com Repolho e salada de Pepino ^{1,3,4}				
		Sobremesa	Melancia	Melancia				
QUINTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Couve-lombarda	Couve-lombarda	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	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	Maçã	Maçã				
SEXTA	Banana	Sopa	Creme de Abóbora, Curgete e Grão-de-bico	Creme de Abóbora, Curgete e Grão-de-bico	Melancia + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Melancia + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷	
		Prato	Arroz de Cação com salada de Tomate e Cenoura raspada ⁴	Arroz de Cação com salada de Tomate e Cenoura raspada 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.

EMENTA CRECHE

Semana de 22 a 26 de Junho 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	Melão + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Melão + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Macarrão de Atum com Ervilhas e salada de Alface e Cenoura ^{1,3,4,7}	Macarrão de Atum com Ervilhas e salada de Alface e Cenoura ^{1,3,4,7}			
		Sobremesa	Laranja	Laranja			
TERÇA	Maçã	Sopa	Creme de Alface	Creme de Alface	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	Coxa de Frango à Kiev com arroz de cenoura e salada de Pepino e Tomate ^{1,3}	Coxa de Frango à Kiev com arroz de cenoura e salada de Pepino e Tomate ^{1,3}			
		Sobremesa	Melancia	Melancia			
QUARTA	FERIADO						
QUINTA	Pera	Sopa	Couve-lombarda e Feijão-manteiga	Couve-lombarda e Feijão-manteiga	Melancia + Pão Saloio com Queijo de Barrar ^{1,7}	Melancia + Pão Saloio com Queijo de Barrar ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷
		Prato	Massa de Peru ao natural com Espinafres, Cenoura e salada de Tomate ^{1,3}	Massa de Peru com Espinafres, Cenoura e salada de Tomate ^{1,3}			
		Sobremesa	Banana	Banana			
SEXTA	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}	Maçã
		Prato	Filetes de Pescada grelhados com batata cozida, Ovo, feijão-verde e Cenoura cozida ^{3,4}	Filetes de Pescada grelhados com batata cozida, Ovo, feijão-verde e Cenoura cozida ^{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

EMENTA CRECHE

Semana de 29 de Junho a 03 de Julho 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	Repolho	Repolho	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	Peito de Frango estufado ao natural com arroz branco, feijão-preto e salada de Alface e Tomate	Peito de Frango estufado com arroz branco, feijão-preto e salada de Alface e Tomate				
		Sobremesa	Laranja	Laranja				
TERÇA	Pera	Sopa	Feijão-verde	Feijão-verde	Melão + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	Melão + Pão Saloio com Queijo ^{1,7}	1 logurte sólido de aromas ⁷	
		Prato	Dourada grelhada com batata cozida, Repolho e Couve-flor cozida ⁴	Dourada grelhada com batata cozida, Repolho e Couve-flor cozida ⁴				
		Sobremesa	Melancia	Melancia				
QUARTA	Pão saloio com Queijo ^{1,7}	Sopa	Couve-lombarda e Feijão-vermelho	Couve-lombarda e Feijão-vermelho	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	Coelho estufado ao natural com massa espiral, Cenoura e Feijão-verde ^{1,3}	Coelho estufado ao natural com massa espiral, Cenoura e Feijão-verde ^{1,3}				
		Sobremesa	Maçã	Maçã				
QUINTA	Pera	Sopa	Espinafres	Espinafres	Leite MG ⁷ simples + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Leite MG ⁷ simples + Pão Saloio com Manteiga ^{1,7}	Maçã	
		Prato	Raia à espanhola com salada de Repolho e Cenoura raspada ⁴	Raia à espanhola com salada de Repolho e Cenoura raspada ⁴				
		Sobremesa	Banana	Banana				
SEXTA	Pão saloio com Manteiga ^{1,7}	Sopa	Creme de Abóbora, Curgete e Alho-francês	Creme de Abóbora, Curgete e Alho-francês	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	Arroz de Pato ao natural c/ salada de Alface e Tomate	Arroz de Pato ao natural c/ salada de Alface e 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.