



EMENTA

• *Semana 03 a 07 de Junho de 2019*

	<i>Segunda-feira</i>	<i>Terça-feira</i>	<i>Quarta-feira</i>	<i>Quinta-feira</i>	<i>Sexta-feira</i>	
Reforço	Manhã	½ Pão com fiambre ^{1,6,7}	1 Peça de fruta da época	½ Pão c/ manteiga ^{1,7}	1 Peça de fruta da época	3 Bolachas maria/torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
	Tarde	1 Peça de fruta da época	1 Iogurte líquido de aromas ⁷	3 Bolachas maria/torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	1 Iogurte líquido de aromas ⁷	1 Peça de fruta da época
Almoço	Sopa	Sopa de feijão-verde	Sopa de cenoura	Sopa de espinafres	Sopa de repolho	Sopa de brócolos
	Prato Geral	Pescada à zé do pipo e cenoura baby ^{1,3,4,6,7,8,9,12}	Peru estufado com feijão preto, arroz branco e salada de pepino	Caldeirada de raia e couve roxa ⁴	Frango à Kiev com arroz de ervilhas e salada de tomate ¹	Macarrão de atum c/ salada de alface e cebola ^{1,3,4,7}
	Prato Creche	Assado simples de pescada c/ puré de batata e cenoura baby ^{1,3,4,6,7,8,9,12}	Estufado simples de peru com arroz branco e salada de pepino	Caldeirada de raia e cenoura raspada ⁴	Assado simples de frango com arroz de ervilhas e salada de tomate	Massada de peixe com cenoura e salada de alface ^{1,3,4}
	Sobremesa	Fruta crua da época	Fruta crua da época	Fruta crua da época/Gelatina ^{1,5,6,7,8,9,10,12}	Fruta crua da época	Fruta crua da época
Lanche	Geral	1 Iogurte sólido de aromas ⁷ + 1 pão com manteiga ^{1,7}	1 Peça de fruta da época + 1 pão com queijo ^{1,7}	Leite MG simples ⁷ + 1 pão c/fiambre ^{1,6,7}	1 Peça de fruta da época + 1 pão com manteiga ^{1,7}	1 Iogurte sólido de aromas ⁷ + 1 pão com queijo ^{1,7}
	Creche	1 Iogurte sólido de aromas ⁷ + ½ pão com manteiga ^{1,7}	1 Peça de fruta da época + ½ pão com queijo ^{1,7}	Leite MG simples ⁷ + ½ pão c/fiambre ^{1,6,7}	1 Peça de fruta da época + ½ pão com manteiga ^{1,7}	1 Iogurte sólido de aromas ⁷ + ½ pão com queijo ^{1,7}

Nutricionista, Dra. Bárbara Faria,

Cédula Profissional N.º 3095N

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.

Esta ementa pode estar sujeita a alterações



EMENTA

• *Semana 10 a 14 de Junho 2019*

		<i>Segunda-feira</i>	<i>Terça-feira</i>	<i>Quarta-feira</i>	<i>Quinta-feira</i>	<i>Sexta-feira</i>
Reforço	Manhã		3 Bolachas maria/torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	1 Peça de fruta da época	½ Pão com manteiga ^{1,7}	1 Peça de fruta da época
	Tarde		1 Peça de fruta da época	1 Iogurte líquido de aromas ⁷	1 Peça de fruta da época	1 Iogurte líquido de aromas ⁷
Almoço	Sopa		Sopa de couve-flor	Sopa da Glória	Creme de feijão-verde	Sopa de penca
	Prato Geral	Feriado	Filetes de pescada fritos com puré de batata, salada de alface e cebola ^{1,3,4,6,7,8,9,12}	Almôndegas com massa esparguete e cenoura raspada ^{1,3}	Cação assado no forno com arroz de cenoura e salada de tomate ⁴	Coelho estufado com batata e couve-Bruxelas
	Prato Creche		Filetes de pescada grelhados com batata cozida e salada de alface ⁴	Estufado simples de vitela com massa esparguete e cenoura raspada ^{1,3}	Cação assado no forno com arroz de cenoura e salada de tomate ⁴	Estufado simples de coelho com batata e feijão-verde
	Sobremesa		Fruta crua da época	Fruta crua da época	Fruta crua da época/Tarte gelada ^{1,3,6,7,8,11,12}	Fruta crua da época
Lanche	Geral		1 Iogurte sólido de aromas ⁷ + 1 pão com queijo ^{1,7}	1 Peça de fruta da época + 1 pão com manteiga ^{1,7}	Leite MG simples ⁷ + 1 pão com fiambre ^{1,6,7}	1 Peça de fruta da época + 1 pão com queijo ^{1,7}
	Creche	1 Iogurte sólido de aromas ⁷ + ½ pão com queijo ^{1,7}	1 Peça de fruta da época + ½ pão com manteiga ^{1,7}	Leite MG simples ⁷ + ½ pão com fiambre ^{1,6,7}	1 Peça de fruta da época + ½ pão com queijo ^{1,7}	

Nutricionista, Dra. Bárbara Faria,

Cédula Profissional N.º 3095N

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.

Esta ementa pode estar sujeita a alterações

		<i>Segunda-feira</i>	<i>Terça-feira</i>	<i>Quarta-feira</i>	<i>Quinta-feira</i>	<i>Sexta-feira</i>
Reforço	Manhã	1 Peça de fruta da época	½ Pão com queijo ^{1,7}	1 Peça de fruta da época		3 Bolachas maria/torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}
	Tarde	1 Iogurte líquido de aromas ⁷	1 Peça de fruta da época	3 Bolachas maria/torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}		1 Iogurte líquido de aromas ⁷
Almoço	Sopa	Creme de cenoura	Sopa de brócolos	Sopa de espinafres		Sopa de repolho e feijão branco
	Prato Geral	Massa de salmão salteada com brócolos ^{1,3,4}	Pá de porco assado no forno com arroz branco salada de pepino	Pescada à gomes sá com salada de tomate ^{3,4}		Fêvera grelhada c/ batata cozida e salada de alface e cebola
	Prato Creche	Massa de peixe com brócolos ^{1,3,4}	Pá de porco assado simples com arroz branco e salada de pepino	Pescada à gomes sá com salada de tomate ^{3,4}	Feriado	Fêvera grelhada c/ batata cozida e salada de alface
	Sobremesa	Fruta crua da época	Fruta crua da época	Fruta crua da época/Leite-creme ^{1,3,7}		Fruta crua da época
Lanche	Geral	1 Peça de fruta da época + 1 pão com queijo ^{1,7}	Leite MG simples ⁷ + 1 pão com fiambre ^{1,6,7}	1 Iogurte sólido de aromas ⁷ + 1 pão com manteiga ^{1,7}		1 Peça de fruta da época + 1 pão com fiambre ^{1,6,7}
	Creche	1 Peça de fruta da época + ½ pão com queijo ^{1,7}	Leite MG simples ⁷ + ½ pão com fiambre ^{1,6,7}	1 Iogurte sólido de aromas ⁷ + ½ pão com manteiga ^{1,7}		1 Peça de fruta da época + ½ pão com fiambre ^{1,6,7}

Nutricionista, Dra. Bárbara Faria,

Cédula Profissional N.º 3095N

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.

Esta ementa pode estar sujeita a alterações



EMENTA

• *Semana 24 a 28 de Junho de 2019*

	<i>Segunda-feira</i>	<i>Terça-feira</i>	<i>Quarta-feira</i>	<i>Quinta-feira</i>	<i>Sexta-feira</i>	
<i>Reforço</i>	Manhã	3 Bolachas maria/torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	1 Peça de fruta da época	½ Pão com manteiga ^{1,7}	1 Peça de fruta da época	
	Tarde	1 Iogurte líquido de aromas ⁷	3 Bolachas maria/torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	1 Peça de fruta da época	1 Iogurte líquido de aromas ⁷	
<i>Almoço</i>	Sopa	Sopa de brócolos	Creme de ervilhas	Sopa de couve-flor	Sopa de grelos	
	Prato Geral	Bife de frango grelhado com arroz de feijão vermelho e penca	Bacalhau à Brás com salada de alface e cebola ^{3,4}	Lasanha vegetariana ^{1,3,7}	Arroz de vitela com cenoura e salada de tomate	
	Prato Creche	<i>Feriado</i>	Bife de frango grelhado com arroz de feijão vermelho e penca	Pescada cozida com batata e brócolos cozidos ⁴	Estufado de peru com massa espiral e repolho ^{1,3}	Arroz de vitela simples com cenoura e salada de tomate
	Sobremesa	Fruta crua da época	Fruta crua da época	Fruta crua da época	Fruta crua da época	
<i>Lanche</i>	Geral	1 Peça de fruta da época + 1 pão com queijo ^{1,7}	1 Iogurte sólido de aromas ⁷ + 1 pão c/ manteiga ^{1,6,7}	Leite MG Simples ⁷ + Cereais ^{1,6,7}	1 Peça de fruta da época + 1 pão com fiambre ^{1,6,7}	
	Creche	1 Peça de fruta da época + ½ pão com queijo ^{1,7}	1 Iogurte sólido de aromas ⁷ + ½ pão c/ manteiga ^{1,6,7}	Farinha Láctea ^{1,7}	1 Peça de fruta da época + ½ pão com fiambre ^{1,6,7}	

Nutricionista, Dra. Bárbara Faria,

Cédula Profissional N.º 3095N

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.

Esta ementa pode estar sujeita a alterações