



EMENTA

• *Semana 06 a 10 de Maio de 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}	½ Pão com fiambre ^{1,6,7}	3 Bolachas maria/torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	1 Peça de fruta da época	½ Pão com manteiga ^{1,7}
	Tarde 1 Peça de fruta da época	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 Sopa de brócolos	Sopa de repolho e alho-francês	Creme de abóbora e feijão-verde	Sopa de couve-flor	Sopa de penca
	Prato Geral Arroz de peixe com salada de tomate ⁴	Esparguete à bolonesa c/ salada de alface e cebola ^{1,3}	Pescada no forno com batata assada e couve-bruxelas ⁴	Frango estufado com ervilhas, arroz branco e cenoura raspada	Bacalhau à gomes sá e couve roxa ^{3,4}
	Prato Creche Arroz de peixe com salada de tomate ⁴	Estufado simples de vitela com cenoura, massa esparguete e salada de alface	Pescada no forno com batata assada e brócolos ⁴	Estufado simples de frango com ervilhas, arroz branco e cenoura raspada	Cação grelhado com batata cozida e feijão-verde ⁴
	Sobremesa Fruta crua da época	Fruta crua da época	Fruta crua da época	Fruta crua da época/Leite-creme ^{1,3,7}	Fruta crua da época
Lanche	Geral 1 Iogurte sólido de aromas ⁷ + 1 pão com fiambre ^{1,6,7}	1 Peça de fruta da época + 1 pão com queijo ^{1,7}	Leite MG simples ⁷ + 1 pão c/manteiga ^{1,7}	1 Iogurte sólido de aromas ⁷ + 1 pão com queijo ^{1,7}	1 Peça de fruta da época + 1 pão com fiambre ^{1,6,7}
	Creche 1 Iogurte sólido de aromas ⁷ + ½ pão com fiambre ^{1,6,7}	1 Peça de fruta da época + ½ pão com queijo ^{1,7}	Leite MG simples ⁷ + ½ pão c/manteiga ^{1,7}	1 Iogurte sólido de aromas ⁷ + ½ pão com queijo ^{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 13 a 17 de Maio de 2019*

	<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}	1 Peça de fruta da época
	Tarde	3 Bolachas maria/torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	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 espinafres	Creme de cenoura	Sopa de brócolos	Sopa da Horta	Sopa de grelos
	Prato Geral	Fusilli com peru, cenoura, cogumelos e salada de alface ^{1,3}	Sardinhas fritas com arroz de feijão vermelho e penca ^{1,3,4}	Frango assado no forno com batata assada e salada de tomate	Cação grelhado com arroz de cenoura e salada de pepino ⁴	Jardineira de vitela e couve roxa
	Prato Creche	Fusilli com peru, cenoura, cogumelos e salada de alface ^{1,3}	Solha grelhada com arroz de feijão vermelho e penca ⁴	Frango assado no forno com batata assada e salada de tomate	Cação grelhado com arroz de cenoura e salada de pepino ⁴	Jardineira de vitela e couve roxa
	Sobremesa	Fruta crua da época	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
Lanche	Geral	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 queijo ^{1,7}	Leite MG Simples ⁷ + Cereais ^{1,6,7}	1 Peça de fruta da época + 1 pão com fiambre ^{1,6,7}
	Creche	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 queijo ^{1,7}	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



EMENTA

• *Semana 20 a 24 de Maio de 2019*

	<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	3 Bolachas maria/torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	1 Peça de fruta da época	½ Pão com fiambre ^{1,6,7}	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	1 Peça de fruta da época
Almoço	Sopa	Sopa de agrião	Sopa de penca e feijão branco	Sopa de couve-flor	Sopa de espinafres	Sopa de curgete e feijão-verde
	Prato Geral	Massada de peixe com cenoura e salada de tomate ^{1,3,4}	Pá de porco assado com arroz branco e couve roxa	Salada de atum com feijão-frade, batata, cenoura e ovo ^{3,4}	Arroz de pato com salada de alface e cebola ^{1,6,7}	Bacalhau à espanhola com salada de pepino ⁴
	Prato Creche	Massada de peixe com cenoura e salada de tomate ^{1,3,4}	Pá de porco assado ao natural com arroz branco e couve roxa	Salada de pescada com feijão-frade, batata, cenoura e ovo ^{3,4}	Arroz de pato simples com salada de alface	Raia estufada com batata e salada de pepino ⁴
	Sobremesa	Fruta crua da época	Fruta crua da época	Fruta crua da época/Mousse de chocolate ^{1,3,7}	Fruta crua da época	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 manteiga ^{1,7}	1 Iogurte sólido de aromas ⁷ + 1 pão com fiambre ^{1,6,7}	1 Peça de fruta da época + 1 pão com queijo ^{1,7}	Leite MG Simples ⁷ + 1 pão com manteiga ^{1,7}
	Creche	1 Peça de fruta da época + ½ pão com queijo ^{1,7}	Leite MG Simples ⁷ + ½ pão com manteiga ^{1,7}	1 Iogurte sólido de aromas ⁷ + ½ pão com fiambre ^{1,6,7}	1 Peça de fruta da época + ½ pão com queijo ^{1,7}	Leite MG Simples ⁷ + ½ pão com manteiga ^{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 27 a 31 de Maio de 2019*

	<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 fiambre ^{1,6,7}	3 Bolachas maria/torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	½ Pão com manteiga ^{1,7}	1 Peça de fruta da época
	Tarde	3 Bolachas maria/torrada ^{1,3,6,7,8,11,12}	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 brócolos	Sopa de repolho	Sopa de grelos	Sopa de couve-flor	Sopa Glória
	Prato Geral	Massa à lavrador ^{1,3,6,7}	Cação assado no forno com batata assada e feijão-verde ⁴	Bife de frango panado com arroz de tomate e salada de alface ^{1,3}	Empadão de atum com espinafres ^{1,3,4,6,7,8,9,12}	Feijoada à cowboy com arroz branco e salada de tomate ^{1,6,7}
	Prato Creche	Massa de vitela e penca ^{1,3}	Cação assado no forno com batata assada e feijão-verde ⁴	Bife de frango grelhado com arroz de tomate e salada de alface	Empadão de peixe com cenoura raspada ^{1,3,4,6,7,8,9,12}	Estufado simples de vitela com arroz branco e salada de tomate
	Sobremesa	Fruta crua da época	Fruta crua da época/Bolo de Noz ^{1,3,7,8}	Fruta crua da época	Fruta crua da época	Fruta crua da época
Lanche	Geral	Leite MG Simples ⁷ + 1 pão com fiambre ^{1,6,7}	1 Iogurte sólido de aromas ⁷ + 1 pão c/ queijo ^{1,7}	1 Peça de fruta da época + 1 pão com manteiga ^{1,7}	Leite MG simples ⁷ + Cereais ^{1,6,7}	1 Peça de fruta da época + 1 pão com queijo ^{1,7}
	Creche	Leite MG Simples ⁷ + ½ pão com fiambre ^{1,6,7}	1 Iogurte sólido de aromas ⁷ + ½ pão c/ queijo ^{1,7}	1 Peça de fruta da época + ½ pão com manteiga ^{1,7}	Farinha láctea ^{1,7}	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