

CRECHE- SEMANA de 05 a 11 de Agosto/2024

2ª FEIRA

SOPA Creme de cenoura com coentros

PRATO Perna de peru assada ao natural com massa farfalle e curgete 🍷🍷

SOBREMESA Fruta da época

3ª FEIRA

SOPA Juliana de legumes

PRATO Lombinhos de pescada cozida com arroz e salada de tomate e pepino 🐟

SOBREMESA Fruta da época

4ª FEIRA

SOPA Sopa de feijão manteiga com hortaliça

PRATO Cubinhos de peru com massa e cenoura cozida 🍷🍷

SOBREMESA Fruta da época

5ª FEIRA

SOPA Sopa de agrião

PRATO Pescada cozida com batata e legumes 🐟

SOBREMESA Fruta da época

6ª FEIRA

SOPA Creme de alface

PRATO Carne de vaca cozida com batata e feijão verde

SOBREMESA Fruta da época



Legenda: 🍷 Aipo; 🍷 Amendoins; 🐟 Crustáceos; 🍷 Trigo; 🍷 Leite; 🐟 Moluscos; 🍷 Mostarda; 🍷 Ovos; 🐟 Peixe;
🍷 Sésamo; 🍷 Soja; 🍷 Sulfitos; 🍷 Tremçoos; 🍷 Frutos de casca rija.

Nota: Ementa sujeita a alterações.

Ementas elaboradas pela nutricionista Dália Santos (CP 1345N)

CRECHE- SEMANA de 12 a 18 Agosto/2024

2ª FEIRA

SOPA Creme de brócolos

PRATO Bife de frango grelhado com massa e salada de alface e pepino 🍷🍷

SOBREMESA Fruta da época

3ª FEIRA

SOPA Sopa de abóbora com hortelã

PRATO Pescada cozida com arroz branco e ratatouille 🐟

SOBREMESA Fruta da época

4ª FEIRA

SOPA Sopa juliana

PRATO Carne de vaca cozida com legumes e arroz branco

SOBREMESA Fruta da época

5ª FEIRA- FERIADO

SOPA

PRATO

SOBREMESA

6ª FEIRA

SOPA Sopa de nabiças

PRATO Bifinho de peru grelhado com esparguete com salada de alface 🍷🍷

SOBREMESA Fruta da época



Legenda: 🍷 Aipo; 🥜 Amendoins; 🐞 Crustáceos; 🍷 Trigo; 🥛 Leite; 🐞 Moluscos; 🍷 Mostarda; 🍷 Ovos; 🐟 Peixe;
🍷 Sésamo; 🍷 Soja; 🍷 Sulfitos; 🍷 Tremçoos; 🍷 Frutos de casca rija.

Nota: Ementa sujeita a alterações.

Ementas elaboradas pela nutricionista Dália Santos (CP 1345N)

CRECHE- SEMANA de 19 a 25 de Agosto /2024

2ª FEIRA

SOPA Creme de couve-flor

PRATO Pernas de frango cozidas com massa farfalle e curgete 🍗🥕

SOBREMESA Fruta da época

3ª FEIRA

SOPA Sopa de feijão verde

PRATO Filetes de pescada ao natural com arroz de legumes 🐟

SOBREMESA Fruta da época

4ª FEIRA

SOPA Sopa de cenoura com couve-lombarda

PRATO Bife de peru grelhado com massa e feijão verde cozido 🍗🥕

SOBREMESA Fruta da época

5ª FEIRA

SOPA Sopa da horta (feijão manteiga, repolho e cenoura)

PRATO Pescada cozida com batata e legumes cozidos 🐟

SOBREMESA Fruta da época

6ª FEIRA

SOPA Aveludado de curgete

PRATO Hambúrguer de bovino grelhado com arroz branco e salada mista 🍔

SOBREMESA Fruta da época



Legenda: 🍌 Aipo; 🥜 Amendoins; 🐞 Crustáceos; 🍷 Trigo; 🥛 Leite; 🐚 Moluscos; 🥒 Mostarda; 🥚 Ovos; 🐟 Peixe;
🌱 Sésamo; 🌿 Soja; 🍷 Sulfitos; 🍌 Tremoços; 🍎 Frutos de casca rija.

Nota: Ementa sujeita a alterações.

Ementas elaboradas pela nutricionista Dália Santos (CP 1345N)

CRECHE- SEMANA de 26 Agosto a 01 Setembro /2024

2ª FEIRA

SOPA Creme de brócolos

PRATO Carne de vaca estufada simples com puré de batata e salada de alface e milho 🌽

SOBREMESA Fruta da época

3ª FEIRA

SOPA Sopa de alho francês

PRATO Meia desfeita de pescada com ovo e salada mista 🐟🥚

SOBREMESA Fruta da época

4ª FEIRA

SOPA Sopa de juliana

PRATO Frango cozido com massa e macedónia 🍗🍝

SOBREMESA Fruta da época

5ª FEIRA

SOPA Creme de cenoura com coentros

PRATO Red fish cozido com batata cozida e feijão verde 🐟

SOBREMESA Fruta da época

6ª FEIRA

SOPA Sopa de agrião

PRATO Bifinho de peru grelhado com esparguete com salada de alface 🍗🍝🥬

SOBREMESA Fruta da época



Legenda: 🌿 Aipo; 🥜 Amendoins; 🦀 Crustáceos; 🌾 Trigo; 🥛 Leite; 🐚 Moluscos; 🥒 Mostarda; 🥚 Ovos; 🐟 Peixe; 🌱 Sésamo; 🌱 Soja; 🌱 Sulfitos; 🍌 Tremeços; 🍎 Frutos de casca rija.

Nota: Ementa sujeita a alterações.

Ementas elaboradas pela nutricionista Dália Santos (CP 1345N)



— secunio, — soja, — samico, — tremçoço, — frutos de casca rija.

Nota: Ementa sujeita a alterações.

Ementas elaboradas pela nutricionista Dália Santos (CP 1345N)