



CRECHE- SEMANA de 01 a 07 de Abril/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 cozidos 



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;  Tremoços;  Frutos de casca rija.

Nota: Ementa sujeita a alterações.

Ementas elaboradas pela nutricionista Dália Santos (CP 1345N)

CRECHE- SEMANA de 08 a 14 Abril/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

SOPA Creme de ervilhas

PRATO Red fish grelhado com batata cozida e feijão verde 🐟

SOBREMESA Fruta da época

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; 🍌 Tremoços; 🍎 Frutos de casca rija.

Nota: Ementa sujeita a alterações.

Ementas elaboradas pela nutricionista Dália Santos (CP 1345N)

CRECHE- SEMANA de 15 a 21 de Abril/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 22 a 28 Abril /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- FERIADO

SOPA	
PRATO	
SOBREMESA	

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; 🍌 Tremoços; 🍎 Frutos de casca rija.



Nota: Ementa sujeita a alterações.

Ementas elaboradas pela nutricionista Dália Santos (CP 1345N)

CRECHE- SEMANA de 29 de Abril a 05 de Maio /2024

2ª FEIRA


SOPA Sopa de chuchu

PRATO Perna de frango cozida com massa farfalle e couve lombarda  

SOBREMESA Fruta da época

3ª FEIRA

SOPA Sopa de alho francês

PRATO Maruca cozida com batata e brócolos 

SOBREMESA Fruta da época

4ª FEIRA - FERIADO


SOPA

PRATO

SOBREMESA

5ª FEIRA



SOPA Sopa Juliana

PRATO Pescada cozida com batata e legumes cozidos 





SOBREMESA Fruta da época

6ª FEIRA

SOPA Creme de cenoura

PRATO Cubinhos de peru estufados simples com arroz 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)