

EMENTA - CRECHE

12 a 16 de fevereiro de 2018

Dia	Prato	Almoço
Segunda-feira 12	Sopa	
	Normal	
	Dieta	
	Sobremesa	
Terça-feira 13	Sopa	
	Normal	
	Dieta	
	Sobremesa	
Quarta-feira 14	Sopa	Legumes com frango
	Normal	Arroz de pescada e legumes ⁴
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Quinta-feira 15	Sopa	Legumes com novilho
	Normal	Frango assado ao natural com espirais e macedónia de legumes ^{1,3}
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Sexta-feira 16	Sopa	Legumes com peru
	Normal	Pescada cozida com batata e legumes ⁴
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta

Mod.021/D



*Esta ementa está sujeita a alterações

Data	Alteração	Resp.

A Nutricionista,

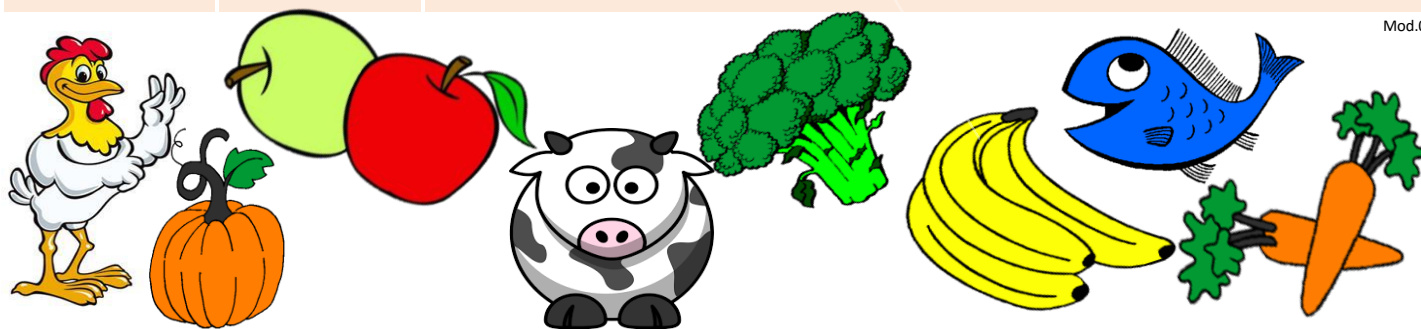
Sílvia Sousa
Cédula Profissional Nº 2381N



EMENTA - CRECHE

19 a 23 de fevereiro de 2018

Dia	Prato	Almoço
Segunda-feira 19	Sopa	Legumes com novilho
	Normal	Frango estufado com arroz branco e legumes
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Terça-feira 20	Sopa	Legumes com peru
	Normal	Pescada estufada ao natural com arroz de legumes ⁴
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Quarta-feira 21	Sopa	Legumes com frango
	Normal	Peru estufado ao natural com arroz e julina de couve roxa, repolho e cenoura ⁸
	Dieta	Peru estufado ao natural com arroz e julina de couve roxa, repolho e cenoura ⁸
	Sobremesa	Fruta
Quinta-feira 22	Sopa	Legumes com pescada
	Normal	Frango estufado ao natural com massa e alface e cenoura ^{1,3}
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Sexta-feira 23	Sopa	Legumes com frango
	Normal	Pescada cozida com batata, brão de bico e legumes ⁴
	Dieta	Pescada cozida com batata e legumes ⁴
	Sobremesa	Fruta



Mod.021/D

*Esta ementa está sujeita a alterações

Data	Alteração	Resp.

A Nutricioista,

Sílvia Sousa

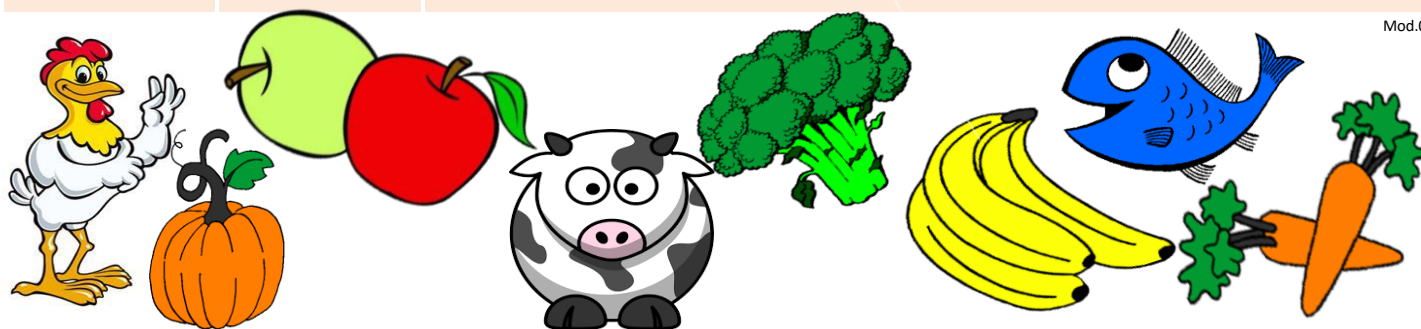
Cédula Profissional Nº 2381N



EMENTA - CRECHE

26 de fevereiro a 2 de março de 2018

Dia	Prato	Almoço
Segunda-feira 26	Sopa	Legumes com novilho
	Normal	Abrótea estufada ao natural com arroz de tomate e salada de alface ⁴
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Terça-feira 27	Sopa	Legumes com frango
	Normal	Macarronete com novilho e legumes estufados ao natural ^{1,3,7,14}
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Quarta-feira 28	Sopa	Legumes com peru
	Normal	Pescada cozida com batata e legumes ⁴
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Quinta-feira 1	Sopa	Legumes com pescada
	Normal	Arroz de aves e salada de alface e beterraba
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Sexta-feira 2	Sopa	Legumes com frango
	Normal	Abrótea assada com batata, repolho e brócolos ⁴
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta



Mod.021/D

*Esta ementa está sujeita a alterações

Data	Alteração	Resp.

A Nutricionista,

Sílvia Sousa

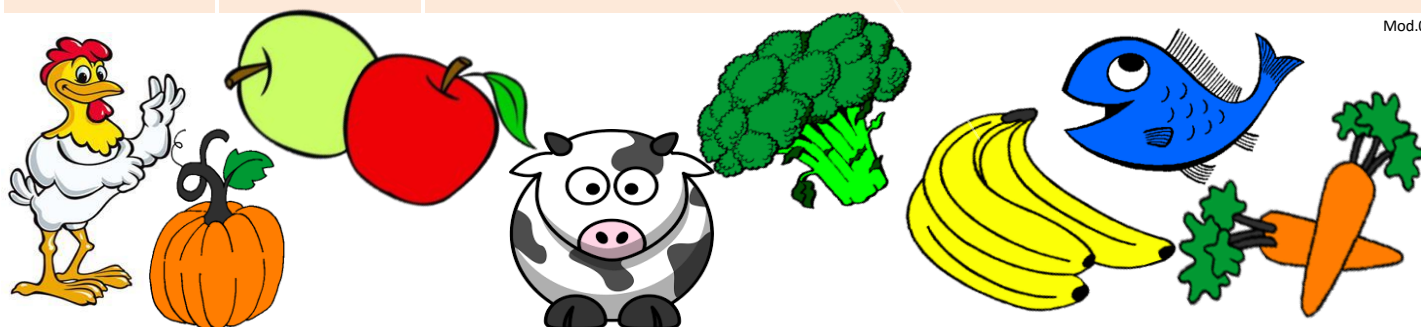
Cédula Profissional Nº2381N



EMENTA - CRECHE

5 a 9 de março de 2018

Dia	Prato	Almoço
Segunda-feira 5	Sopa	Legumes com frango
	Normal	Esparguete com carne de vaca ao natural ^{1,3}
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Terça-feira 6	Sopa	Legumes com novilho
	Normal	Abrotea estufada ao natural com arroz e couve de bruxelas e cenoura ⁴
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Quarta-feira 7	Sopa	Legumes com pescada
	Normal	Frango assado com arroz de ervilhas e salada de alface e cenoura
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Quinta-feira 8	Sopa	Legumes com frango
	Normal	Peru estufado ao natural com arroz e salada de alface e cebola
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Sexta-feira 9	Sopa	Legumes com novilho
		Abrótea estufada ao natural com arroz e salada de alface ⁴
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta



Mod.021/D

*Esta ementa está sujeita a alterações

Data	Alteração	Resp.

A Nutricionista,

Sílvia Sousa

Cédula Profissional Nº2381N



EMENTA - CRECHE
12 a 16 de março de 2018

Dia	Prato	Almoço
Segunda-feira 12	Sopa	Legume com peru
	Normal	Esparguete de frango ao natural com legumes ^{1,3}
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Terça-feira 13	Sopa	Legumes com frango
	Normal	Pescada cozida com batata cozida, grão de bico e legumes ⁴
	Dieta	Pescada cozida com batata cozida e legumes ⁴
	Sobremesa	Fruta
Quarta-feira 14	Sopa	Legumes com novilho
	Normal	Frango cozido com arroz de cenoura e salada de juliana de couve roxa, repolho e cenoura ⁸
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Quinta-feira 15	Sopa	Legumes com pescada
	Normal	Peru estufado ao natural com massa macarronete e salada de alface ^{1,3}
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Sexta-feira 16	Sopa	Legumes com frango
	Normal	Pescada estufada ao natural com arroz e salada de alface e cenoura ⁴
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta

Mod.021/D



*Esta ementa está sujeita a alterações

Data	Alteração	Resp.

