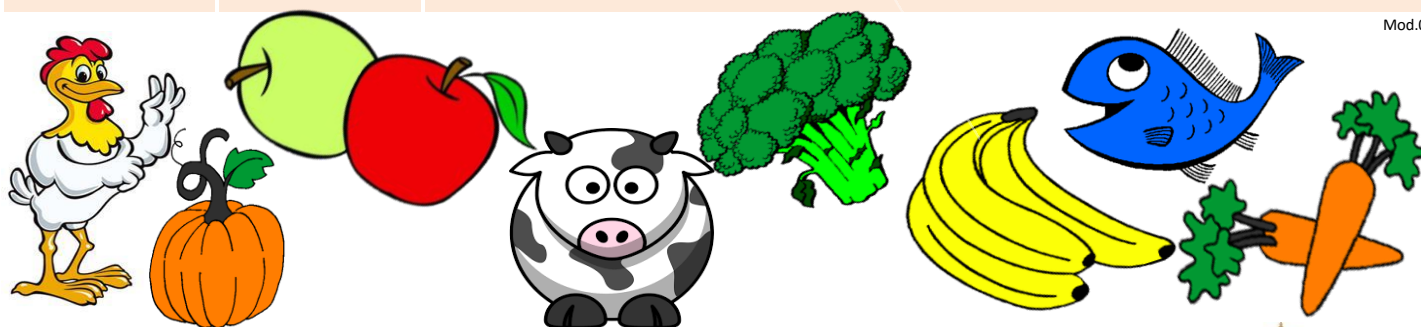


EMENTA - CRECHE

18 a 24 de março de 2018

Dia	Prato	Almoço
Segunda-feira 19	Sopa	Legumes com novilho
	Normal	Frango estufado ao natural com arroz e legumes ¹³
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Terça-feira 20	Sopa	Legumes com peru
	Normal	Pescada assada ao natural com arroz de ervilhas e salada de alface e beterraba ⁴
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Quarta-feira 21	Sopa	Legumes com frango
	Normal	Massa fusilli com peru e couve de bruxelas e cenoura ^{1,3}
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Quinta-feira 22	Sopa	Legumes e peru
	Normal	Salada russa de pescada e legumes ^{1,3,4,5,6,7,10,11,12}
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Sexta-feira 23	Sopa	Legumes e novilho
	Normal	Pescada estufada com arroz de 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

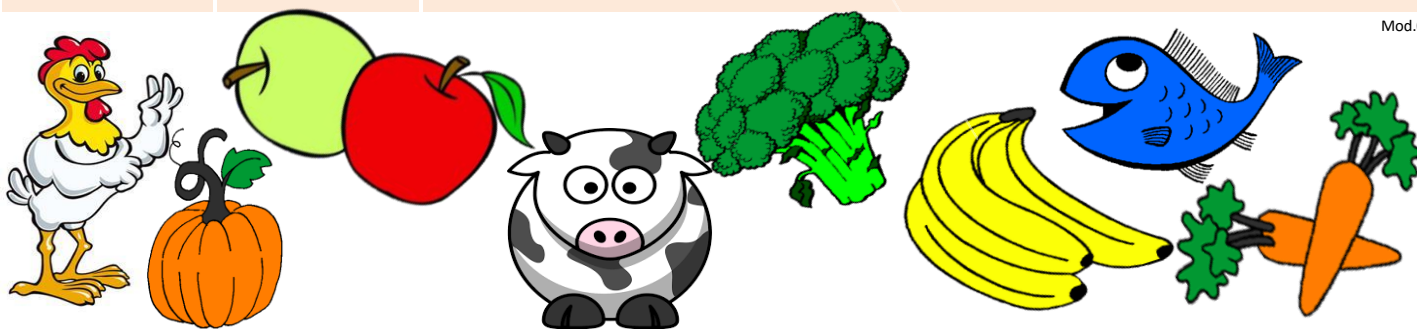


EMENTA - CRECHE

26 a 30 de março de 2018

Dia	Prato	Almoço
Segunda-feira 26	Sopa	Legumes de frango
	Normal	Jardineira de carne de vaca ao natural
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Terça-feira 27	Sopa	Legumes e novilho
	Normal	Arroz de peixe e legumes ⁴
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Quarta-feira 28	Sopa	Legumes e pescada
	Normal	Peru estufado ao natural com arroz e julina de couve roxa, repolho e cenoura
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Quinta-feira 29	Sopa	Legumes e peru
	Normal	Frango estufado ao natural com massa e alface e cenoura ^{1,3}
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Sexta-feira 30	Sopa	
	Normal	FERIADO
	Dieta	
	Sobremesa	

Mod.021/D



*Esta ementa está sujeita a alterações

Data	Alteração	Resp.

A Nutricionista,

Sílvia Sousa
Cédula Profissional Nº 2381N

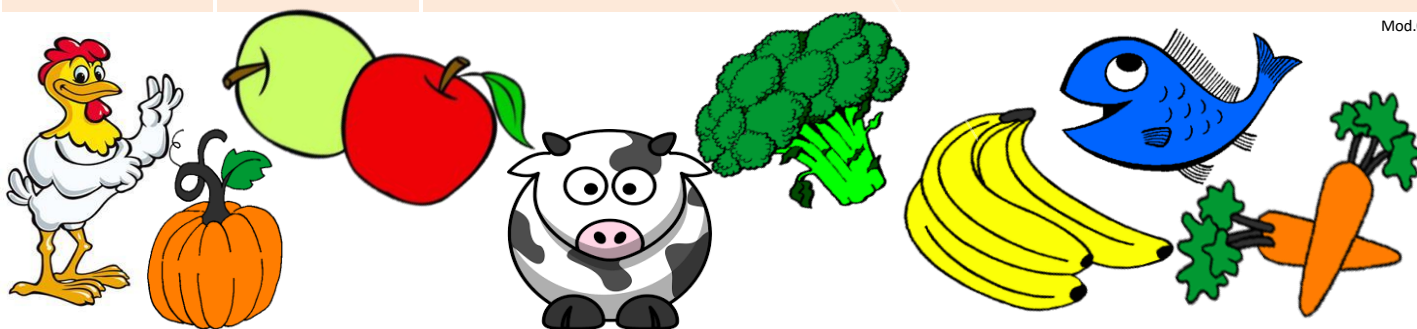


EMENTA - CRECHE

2 a 7 de abril de 2018

Dia	Prato	Almoço
Segunda-feira 2	Sopa	
	Normal	FECHADO
	Dieta	
	Sobremesa	
Terça-feira 3	Sopa	Legumes e frango
	Normal	Pescada assada ao natural com arroz de legumes ⁴
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Quarta-feira 4	Sopa	Legumes e peru
	Normal	Macarronete de vaca e legumes ao natural ^{1,3,7,14}
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Quinta-feira 5	Sopa	Legumes e novilho
	Normal	Abrótea cozida com batata e legumes ⁴
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Sexta-feira 6	Sopa	Legumes e pescada
	Normal	Arroz de aves ao natural e salada de alface e beterraba
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta

Mod.021/D



*Esta ementa está sujeita a alterações

Data	Alteração	Resp.

A Nutricionista,

Sílvia Sousa

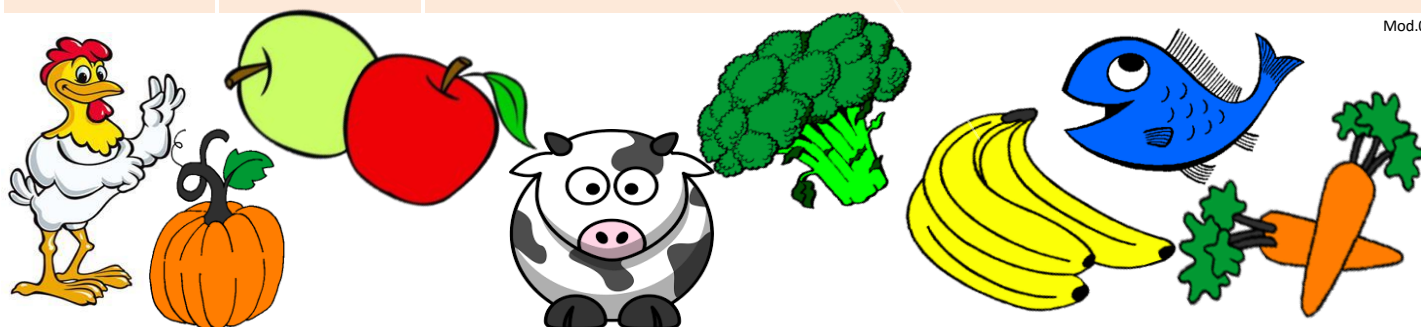
Cédula Profissional Nº2381N



EMENTA - CRECHE

9 a 13 de abril de 2018

Dia	Prato	Almoço
Segunda-feira 9	Sopa	Legumes e peru
	Normal	Arroz de frango e macedónia ao natural
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Terça-feira 10	Sopa	Legumes e novilho
	Normal	Abrótea estufada ao natural com arroz e couve de bruxelas e cenoura ⁴
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Quarta-feira 11	Sopa	Legumes e frango
	Normal	Macarronete de vaca e legumes ao natural ^{1,3,7,14}
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Quinta-feira 12	Sopa	Legumes e peru
	Normal	Arroz de pescada e salada de alface ⁴
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Sexta-feira 13	Sopa	Legumes e frango
	Normal	Arroz de peru e salada de alface
	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

16 a 20 de abril de 2018

Dia	Prato	Almoço
Segunda-feira 16	Sopa	Legumes e frango
	Normal	Esparguete de carne de vaca ao natural com legumes ^{1,3,7,14}
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Terça-feira 17	Sopa	Legumes e novilho
	Normal	Pescada cozida com batata cozida e legumes ⁴
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Quarta-feira 18	Sopa	Legumes e peru
	Normal	Frango cozido com arroz e salada mista
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Quinta-feira 19	Sopa	Legumes e frango
	Normal	Abrótea estufada ao natural com arroz e repolho ⁴
	Dieta	Igual ao prato normal
	Sobremesa	Fruta
Sexta-feira 20	Sopa	Legumes e novilho
	Normal	Massa macarronte de frango e legumes ao natural ^{1,3}
	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

