

# EMENTA SEMANA

## 03 a 07 de Maio

### CRECHE 1

DIA	ALMOÇO	LANCHE DA MANHÃ/TARDE
SEGUNDA-FEIRA 03	CREME DE LEGUMES <sup>1,5,6,7,8,12</sup> C/CARNE ARROZ DE AVES <sup>1</sup> FRUTA DA ÉPOCA	PAPA DE FRUTA
TERÇA-FEIRA 04	CREME DE LEGUMES <sup>1,5,6,7,8,12</sup> C/ PEIXE PESCADA À GOMES DE SÁ <sup>1,3,4</sup> FRUTA DA ÉPOCA	NUTRIBÉN <sup>1</sup>
QUARTA-FEIRA 05	CREME DE LEGUMES <sup>1,5,6,7,8,12</sup> C/ CARNE ROJÕES C/ BATATA <sup>1</sup> FRUTA DA ÉPOCA	PAPA DE FRUTA C/ IOGURTE
QUINTA-FEIRA 06	CREME DE LEGUMES <sup>1,5,6,7,8,12</sup> C/ PEIXE MASSADA DE PEIXE C/ LEGUMES <sup>1,4</sup> FRUTA DA ÉPOCA / GELATINA	CERELAC 5 FRUTOS <sup>1</sup>
SEXTA-FEIRA 07	CREME DE LEGUMES <sup>1,5,6,7,8,12</sup> C/ CARNE BIFE DE PERÚ GRELHADO C/ ARROZ DE FEIJÃO <sup>1</sup> FRUTA DA ÉPOCA	CERELAC <sup>1</sup>

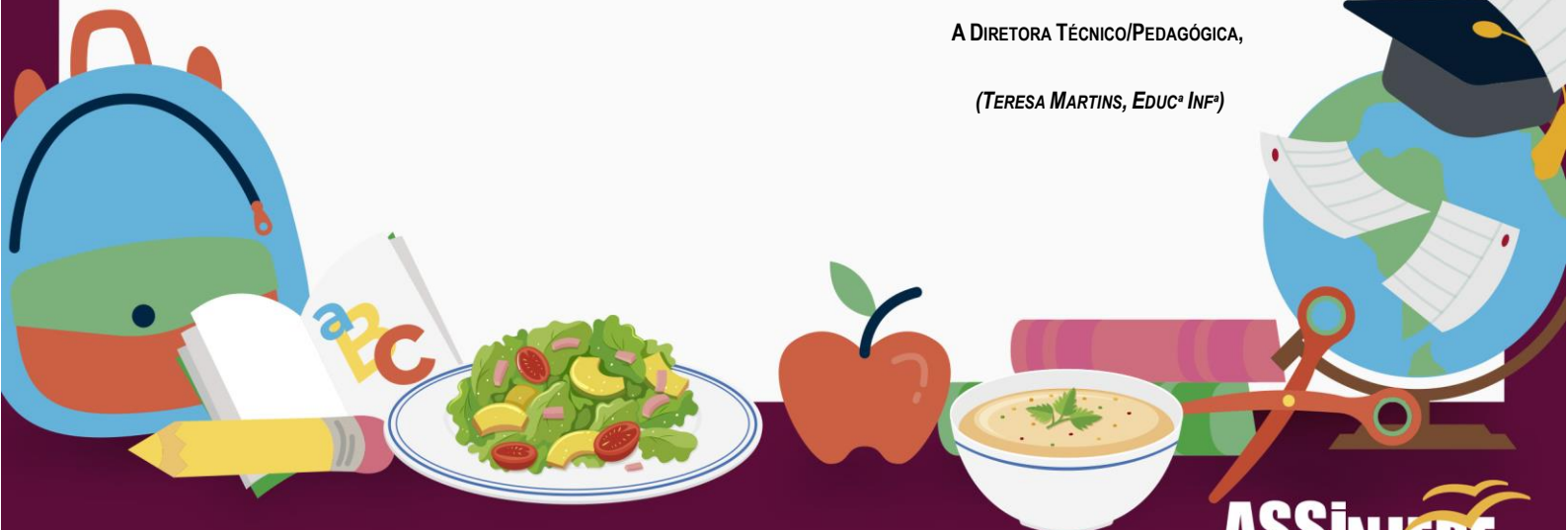
**BASE DA SOPA:** BATATA, ABÓBORA, ALHO-FRANCÊS, CEBOLA, CENOURA. **Haverá sempre uma opção de dieta** constitui apenas uma opção a ementa geral, C/ CONFEÇÕES MAIS LEVES, PARA SITUAÇÕES PONTUAIS. ESTA NÃO SE ENCONTRA AJUSTADA A NENHUMA PATOLOGIA ESPECÍFICA. DEVE CONTEMPLAR APENAS LEGUMES CLAROS E CONFECIONADOS. **A FRUTA SERÁ DEFINIDA SEMPRE DE ACORDO COM A SAZONALIDADE.**

**LEGENDA ALERGÊNIOS PRESENTES EM GÊNEROS ALIMENTÍCIOS** (SEGUNDO O RECOMENDADO PELO REGULAMENTO EU 1169/2011 E ESCLARECIMENTO 2/DHA/2014 QUE OBRIGA À COMUNICAÇÃO DE ALERGÊNIOS EM GÊNEROS ALIMENTÍCIOS NÃO PRÉ-EMBALADOS). **A SUA REFEIÇÃO CONTÉM OU PODE CONTER AS SEGUINTE SUBSTÂNCIAS OU PRODUTOS E SEUS DERIVADOS:** 1- CEREAIS QUE CONTÊM GLÚTEN; 2- CRUSTÁCEOS E PRODUTOS À BASE DE CRUSTÁCEOS; 3- OVOS E PRODUTOS À BASE DE OVOS; 4- PEIXE E PRODUTOS À BASE DE PEIXE; 5- AMENDOINS E PRODUTOS À BASE DE AMENDOINS; 6- SOJA E PRODUTOS À BASE DE SOJA; 7- LEITE E PRODUTOS À BASE DE LEITE; 8- FRUTOS DE CASCA RIJA; 9- AIPO E PRODUTOS À BASE DE AIPO; 10- MOSTARDA E PRODUTOS À MOSTARDA; 11- SEMENTES DE SÉSAMO E PRODUTOS À BASE DE SEMENTES DE SÉSAMO; 12- ÓXIDO DE ENXOFRE E SULFITOS; 13- TREMOÇO E PRODUTOS À BASE DE TREMOÇO; 14- MOLUSCOS E PRODUTOS À BASE DE MOLUSCOS.

*Ementas elaboradas com a colaboração da Nutricionista Joana Malheiro, C.P.2148N*

A DIRETORA TÉCNICO/PEDAGÓGICA,

(TERESA MARTINS, EDUC<sup>ª</sup> INF<sup>ª</sup>)



# EMENTA SEMANA

## 03 a 07 de Maio

### CRECHE 2

DIA	ALMOÇO	LANCHE DA MANHÃ/TARDE
SEGUNDA-FEIRA 03	CREME DE LEGUMES <sup>1,5,6,7,8,12</sup> ARROZ DE AVES <sup>1</sup> SALADA DE ALFACE E TOMATE FRUTA DA ÉPOCA	LEITE SIMPLES <sup>1,7</sup> PÃO DE MISTURA CREME DE BARRAR VEGETAL
TERÇA-FEIRA 04	SOPA DE FEIJÃO- BRANCO <sup>1,5,6,7,8,12</sup> PESCADA À GOMES DE SÁ <sup>1,3,4</sup> SALADA DE TOMATE E CENOURA FRUTA DA ÉPOCA	IOGURTE <sup>1,7</sup> FLOCOS DE AVEIA PÃO DE MISTURA C/ DOCE
QUARTA-FEIRA 05	SOPA DE COUVE CORAÇÃO <sup>1,5,6,7,8,12</sup> ROJÕES C/ BATATA <sup>1</sup> SALADA MISTA FRUTA DA ÉPOCA	LEITE SIMPLES OU C/ CHOCOLATE <sup>1,7</sup> PÃO DE MISTURA FIAMBRE
QUINTA-FEIRA 06	SOPA DE ABÓBORA <sup>1,5,6,7,8,12</sup> MASSADA DE PEIXE C/ LEGUMES <sup>1,4</sup> LEGUMES SALTEADOS FRUTA DA ÉPOCA / GELATINA	FRUTA C/ IOGURTE E AVEIA
SEXTA-FEIRA 07	SOPA JULIANA <sup>1,5,6,7,8,12</sup> BIFE DE PERÚ GRELHADO C/ ARROZ DE FEIJÃO <sup>1</sup> SALADA DE TOMATE E CEBOLA FRUTA DA ÉPOCA	LEITE SIMPLES OU C/ CHOCOLATE <sup>1,7</sup> PÃO DE MISTURA QUEIJO FATIADO

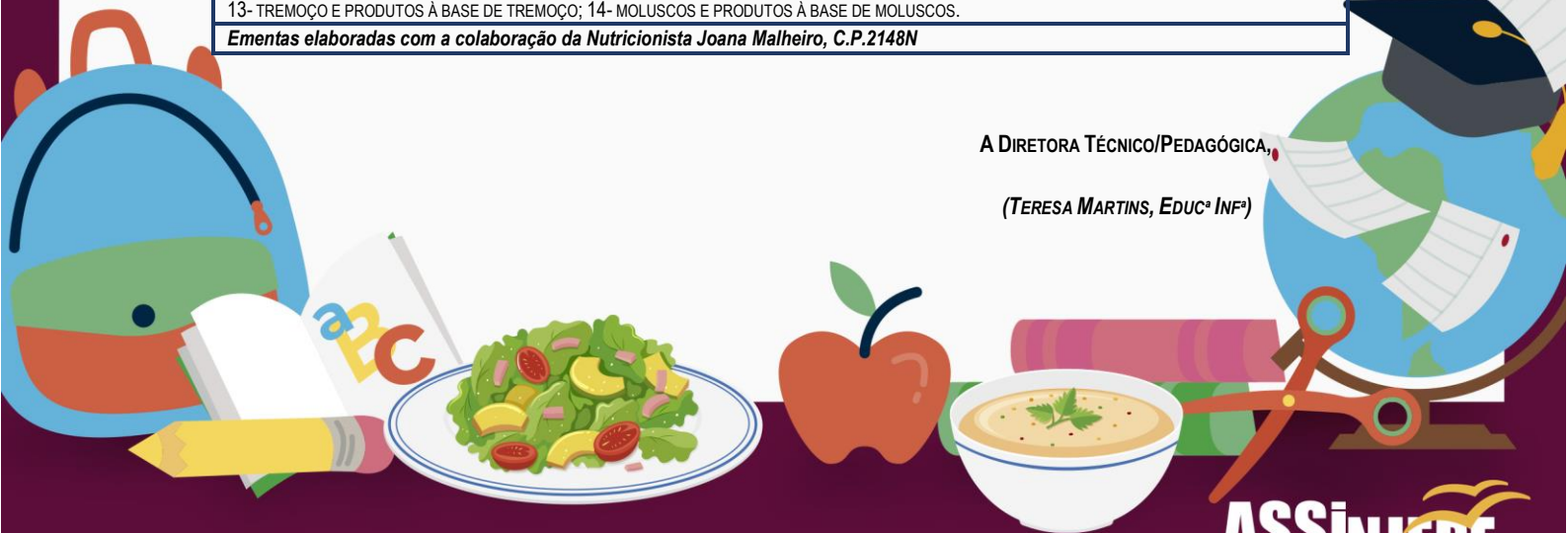
**BASE DA SOPA:** BATATA, ABÓBORA, ALHO-FRANCÊS, CEBOLA, CENOURA. **Haverá sempre uma opção de dieta** constitui apenas uma opção a EMENTA GERAL, C/ CONFEÇÕES MAIS LEVES, PARA SITUAÇÕES PONTUAIS. ESTA NÃO SE ENCONTRA AJUSTADA A NENHUMA PATOLOGIA ESPECÍFICA. DEVE CONTEMPLAR APENAS LEGUMES CLAROS E CONFECCIONADOS. **A FRUTA SERÁ DEFINIDA SEMPRE DE ACORDO COM A SAZONALIDADE.**

**LEGENDA ALERGÊNIOS PRESENTES EM GÊNEROS ALIMENTÍCIOS** (SEGUNDO O RECOMENDADO PELO REGULAMENTO EU 1169/2011 E ESCLARECIMENTO 2/DHA/2014 QUE OBRIGA À COMUNICAÇÃO DE ALERGÊNIOS EM GÊNEROS ALIMENTÍCIOS NÃO PRÉ-EMBALADOS). **A SUA REFEIÇÃO CONTÉM OU PODE CONTER AS SEGUINTE SUBSTÂNCIAS OU PRODUTOS E SEUS DERIVADOS:** 1- CEREAIS QUE CONTÊM GLÚTEN; 2- CRUSTÁCEOS E PRODUTOS À BASE DE CRUSTÁCEOS; 3- OVOS E PRODUTOS À BASE DE OVOS; 4- PEIXE E PRODUTOS À BASE DE PEIXE; 5- AMENDOINS E PRODUTOS À BASE DE AMENDOINS; 6- SOJA E PRODUTOS À BASE DE SOJA; 7- LEITE E PRODUTOS À BASE DE LEITE; 8- FRUTOS DE CASCA RIJA; 9- AIPO E PRODUTOS À BASE DE AIPO; 10- MOSTARDA E PRODUTOS À MOSTARDA; 11- SEMENTES DE SÊSAMO E PRODUTOS A BASE DE SEMENTES DE SÊSAMO; 12- ÓXIDO DE ENXOFRE E SULFITOS; 13- TREMOÇO E PRODUTOS À BASE DE TREMOÇO; 14- MOLUSCOS E PRODUTOS À BASE DE MOLUSCOS.

*Ementas elaboradas com a colaboração da Nutricionista Joana Malheiro, C.P.2148N*

A DIRETORA TÉCNICO/PEDAGÓGICA,

(TERESA MARTINS, EDUC<sup>3</sup> INF<sup>3</sup>)



# EMENTA SEMANA

## 03 a 07 de Maio

### CRECHE 3

DIA	ALMOÇO	LANCHE DA MANHÃ/TARDE
SEGUNDA-FEIRA 03	CREME DE LEGUMES <sup>1,5,6,7,8,12</sup> ARROZ DE AVES <sup>1</sup> SALADA DE ALFACE E TOMATE FRUTA DA ÉPOCA	LEITE SIMPLES <sup>1,7</sup> PÃO DE MISTURA CREME DE BARRAR VEGETAL
TERÇA-FEIRA 04	SOPA DE FEIJÃO- BRANCO <sup>1,5,6,7,8,12</sup> PESCADA À GOMES DE SÁ <sup>1,3,4</sup> SALADA DE TOMATE E CENOURA FRUTA DA ÉPOCA	IOGURTE <sup>1,7</sup> FLOCOS DE AVEIA PÃO DE MISTURA C/ DOCE
QUARTA-FEIRA 05	SOPA DE COUVE CORAÇÃO <sup>1,5,6,7,8,12</sup> ROJÕES C/ BATATA <sup>1</sup> SALADA MISTA FRUTA DA ÉPOCA	LEITE SIMPLES OU C/ CHOCOLATE <sup>1,7</sup> PÃO DE MISTURA FIAMBRE
QUINTA-FEIRA 06	SOPA DE ABÓBORA <sup>1,5,6,7,8,12</sup> MASSADA DE PEIXE C/ LEGUMES <sup>1,4</sup> LEGUMES SALTEADOS FRUTA DA ÉPOCA / GELATINA	FRUTA C/ IOGURTE E AVEIA
SEXTA-FEIRA 07	SOPA JULIANA <sup>1,5,6,7,8,12</sup> BIFE DE PERÚ GRELHADO C/ ARROZ DE FEIJÃO <sup>1</sup> SALADA DE TOMATE E CEBOLA FRUTA DA ÉPOCA	LEITE SIMPLES OU C/ CHOCOLATE <sup>1,7</sup> PÃO DE MISTURA QUEIJO FATIADO

**BASE DA SOPA:** BATATA, ABÓBORA, ALHO-FRANCÊS, CEBOLA, CENOURA. **HAVERÁ SEMPRE UMA OPÇÃO DE DIETA** CONSTITUI APENAS UMA OPÇÃO A EMENTA GERAL, C/ CONFEÇÕES MAIS LEVES, PARA SITUAÇÕES PONTUAIS. ESTA NÃO SE ENCONTRA AJUSTADA A NENHUMA PATOLOGIA ESPECÍFICA. DEVE CONTEMPLAR APENAS LEGUMES CLAROS E CONFECIONADOS. **A FRUTA SERÁ DEFINIDA SEMPRE DE ACORDO COM A SAZONALIDADE.**

**LEGENDA ALERGÊNIOS PRESENTES EM GÊNEROS ALIMENTÍCIOS** (SEGUNDO O RECOMENDADO PELO REGULAMENTO EU 1169/2011 E ESCLARECIMENTO 2/DHA/2014 QUE OBRIGA À COMUNICAÇÃO DE ALERGÊNIOS EM GÊNEROS ALIMENTÍCIOS NÃO PRÉ-EMBALADOS). **A SUA REFEIÇÃO CONTÉM OU PODE CONTER AS SEGUINTE SUBSTÂNCIAS OU PRODUTOS E SEUS DERIVADOS:** 1- CEREAIS QUE CONTÊM GLÚTEN; 2- CRUSTÁCEOS E PRODUTOS À BASE DE CRUSTÁCEOS; 3- OVOS E PRODUTOS À BASE DE OVOS; 4- PEIXE E PRODUTOS À BASE DE PEIXE; 5- AMENDOINS E PRODUTOS À BASE DE AMENDOINS; 6- SOJA E PRODUTOS À BASE DE SOJA; 7- LEITE E PRODUTOS À BASE DE LEITE; 8- FRUTOS DE CASCA RIJA; 9- AIPO E PRODUTOS À BASE DE AIPO; 10- MOSTARDA E PRODUTOS À MOSTARDA; 11- SEMENTES DE SÉSAMO E PRODUTOS A BASE DE SEMENTES DE SÉSAMO; 12- ÓXIDO DE ENXOFRE E SULFITOS; 13- TREMOÇO E PRODUTOS À BASE DE TREMOÇO; 14- MOLUSCOS E PRODUTOS À BASE DE MOLUSCOS.

*Ementas elaboradas com a colaboração da Nutricionista Joana Malheiro, C.P.2148N*

A DIRETORA TÉCNICO/PEDAGÓGICA,

(TERESA MARTINS, EDUCª INFª)



# EMENTA SEMANA

## 03 a 07 de Maio

### PRE-ESCOLAR 1 e 2

DIA	ALMOÇO	LANCHE DA MANHÃ/TARDE
SEGUNDA-FEIRA 03	CREME DE LEGUMES <sup>1,5,6,7,8,12</sup> ARROZ DE AVES <sup>1</sup> SALADA DE ALFACE E TOMATE FRUTA DA ÉPOCA	LEITE SIMPLES <sup>1,7</sup> PÃO DE MISTURA CREME DE BARRAR VEGETAL
	VEGETARIANA   ARROZ DE COGUMELOS	
TERÇA-FEIRA 04	SOPA DE FEIJÃO- BRANCO <sup>1,5,6,7,8,12</sup> PESCADA À GOMES DE SÁ <sup>1,3,4</sup> SALADA DE TOMATE E CENOURA FRUTA DA ÉPOCA	IOGURTE <sup>1,7</sup> FLOCOS DE AVEIA PÃO DE MISTURA C/ DOCE
	VEGETARIANA   TOFU À GOMES DE SÁ	
QUARTA-FEIRA 05	SOPA DE COUVE CORAÇÃO <sup>1,5,6,7,8,12</sup> ROJÕES C/ BATATA <sup>1</sup> SALADA MISTA FRUTA DA ÉPOCA	LEITE SIMPLES OU C/ CHOCOLATE <sup>1,7</sup> PÃO DE MISTURA FIAMBRE
	VEGETARIANA   SALADA DE BATATA C/ OVO COZIDO, ERVILHAS, MILHO E CENOURA	
QUINTA-FEIRA 06	SOPA DE ABÓBORA <sup>1,5,6,7,8,12</sup> MASSADA DE PEIXE C/ LEGUMES <sup>1,4</sup> LEGUMES SALTEADOS FRUTA DA ÉPOCA / GELATINA	FRUTA C/ IOGURTE E AVEIA
	VEGETARIANA   OVOS ESCALFADOS C/ LEGUMES E MASSA	
SEXTA-FEIRA 07	SOPA JULIANA <sup>1,5,6,7,8,12</sup> BIFE DE PERÚ GRELHADO C/ ARROZ DE FEIJÃO <sup>1</sup> SALADA DE TOMATE E CEBOLA FRUTA DA ÉPOCA	LEITE SIMPLES OU C/ CHOCOLATE <sup>1,7</sup> PÃO DE MISTURA QUEIJO FATIADO
	VEGETARIANA   COGUMELOS SALTEADOS C/ LEGUMES E ARROZ DE FEIJÃO	

**BASE DA SOPA:** BATATA, ABÓBORA, ALHO-FRANCÊS, CEBOLA, CENOURA. **HAVERÁ SEMPRE UMA OPÇÃO DE DIETA** CONSTITUI APENAS UMA OPÇÃO A EMENTA GERAL, C/ CONFEÇÕES MAIS LEVES, PARA SITUAÇÕES PONTUAIS. ESTA NÃO SE ENCONTRA AJUSTADA A NENHUMA PATOLOGIA ESPECÍFICA. DEVE CONTEMPLAR APENAS LEGUMES CLAROS E CONFECIONADOS. **A FRUTA SERÁ DEFINIDA SEMPRE DE ACORDO COM A SAZONALIDADE.**

**LEGENDA ALERGÉNIOS PRESENTES EM GÊNEROS ALIMENTÍCIOS** (SEGUNDO O RECOMENDADO PELO REGULAMENTO EU 1169/2011 E ESCLARECIMENTO 2/DHA/2014 QUE OBRIGA À COMUNICAÇÃO DE ALERGÉNIOS EM GÊNEROS ALIMENTÍCIOS NÃO PRÉ-EMBALADOS). **A SUA REFEIÇÃO CONTÉM OU PODE CONTER AS SEGUINTE SUBSTÂNCIAS OU PRODUTOS E SEUS DERIVADOS:** 1- CEREAIS QUE CONTÊM GLÚTEN; 2- CRUSTÁCEOS E PRODUTOS À BASE DE CRUSTÁCEOS; 3- OVOS E PRODUTOS À BASE DE OVOS; 4- PEIXE E PRODUTOS À BASE DE PEIXE; 5- AMENDOINS E PRODUTOS À BASE DE AMENDOINS; 6- SOJA E PRODUTOS À BASE DE SOJA; 7- LEITE E PRODUTOS À BASE DE LEITE; 8- FRUTOS DE CASCA RUA; 9- AIPO E PRODUTOS À BASE DE AIPO; 10- MOSTARDA E PRODUTOS À MOSTARDA; 11- SEMENTES DE SÉSAMO E PRODUTOS A BASE DE SEMENTES DE SÉSAMO; 12- ÓXIDO DE ENXOFRE E SULFITOS; 13- TREMOÇO E PRODUTOS À BASE DE TREMOÇO; 14- MOLUSCOS E PRODUTOS À BASE DE MOLUSCOS.

*Ementas elaboradas com a colaboração da Nutricionista Joana Malheiro, C.P.2148N*

A DIRETORA TÉCNICO/PEDAGÓGICA,

(TERESA MARTINS, EDUC<sup>ª</sup> INF<sup>ª</sup>)