

EMENTA SEMANA

01 a 05 de Junho

CRECHE 1

DIA	ALMOÇO	LANCHE DA MANHÃ/TARDE
SEGUNDA-FEIRA 01 	DIA DA CRIANÇA CREME DE LEGUMES ^{1,5,6,7,8,12} C/ CARNE PANADOS DE PERU C/ ARROZ ^{1,3} GELADO / FRUTA DA ÉPOCA	IOGURTE ^{1,6,7} BOLO MELANCIA PÃO DE MISTURA
TERÇA-FEIRA 02	CREME DE LEGUMES ^{1,5,6,7,8,12} C/ PEIXE CALDEIRADA DE PEIXE ¹ FRUTA DA ÉPOCA	IOGURTE ⁷ PÃO DE MISTURA
QUARTA-FEIRA 03	CREME DE LEGUMES ^{1,5,6,7,8,12} C/ CARNE VITELA ESTUFADA C/ LEGUMES E CUSCUS ^{1,3,4} FRUTA DA ÉPOCA	PAPAS DE AVEIA C/ PERA ¹
QUINTA-FEIRA 04	FERIADO	
SEXTA-FEIRA 05	CREME DE LEGUMES ^{1,5,6,7,8,12} C/ CARNE FRANGO ESTUFADO C/ ARROZ ^{1,4} BANANA	IOGURTE ⁷ C/ PAPA DE FRUTA PÃO DE MISTURA

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- CEREALIS QUE CONTÉM 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 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



EMENTA SEMANA

01 a 05 de Junho

CRECHE 2

DIA	ALMOÇO	LANCHE DA MANHÃ/TARDE
SEGUNDA-FEIRA 01 	DIA DA CRIANÇA CREME DE LEGUMES ^{1,5,6,7,8,12} PANADOS DE PERÚ C/ BATATA FRITA DE SACO (E ARROZ) ^{1,3} SALADA DE ALFACE GELADO / FRUTA DA ÉPOCA	IOGURTE LÍQUIDO ^{1,7} BOLO MELANCIA PIPOCAS PÃO DE MISTURA
TERÇA-FEIRA 02	SOPA DE REPOLHO ^{1,5,6,7,8,12} CALDEIRADA DE PEIXE ¹ SALADA DE TOMATE FRUTA DA ÉPOCA	LEITE SIMPLES ^{1,7} PÃO DE MISTURA C/ QUEJO
QUARTA-FEIRA 03	SOPA DE ALHO-FRANCÊS E CENOURA ^{1,5,6,7,8,12} VITELA ESTUFADA C/ LEGUMES E CUSCUS ^{1,3,4} SALADA MISTA FRUTA DA ÉPOCA	BATIDO DE FRUTA ^{1,7} PÃO DE MISTURA C/ MANTEIGA DE AMENDOIM
QUINTA-FEIRA 04	FERIADO	
SEXTA-FEIRA 05	CREME DE CURGETE ^{1,5,6,7,8,12} FRANGO ESTUFADO C/ ARROZ ^{1,4} SALADA MISTA BANANA	LEITE SIMPLES ^{1,7} PÃO DE MISTURA C/ FIAMBRE DE PERU BOLACHAS DE ARROZ

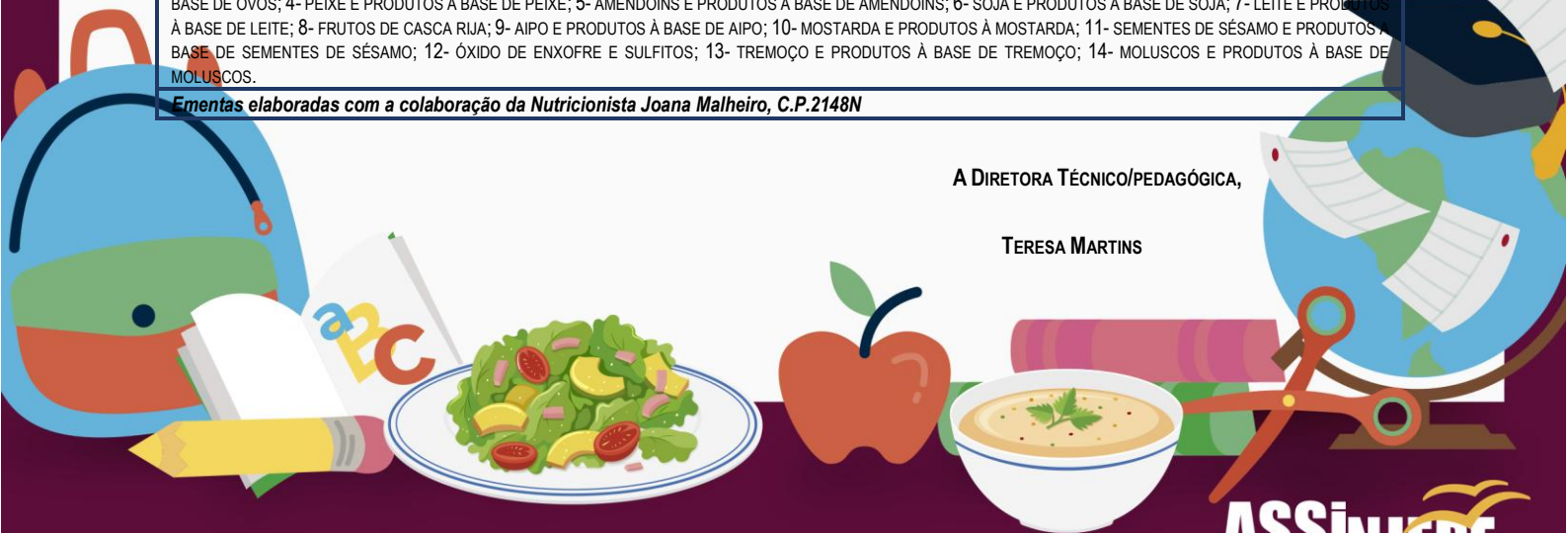
BASE DA SOPA: BATATA, ABÓBORA, ALHO-FRANCÊS, CEBOLA, CENOURA. **HAVERÁ SEMPRE UMA OPÇÃO DE DIETA** CONSTITUI APENAS UMA OPÇÃO A EMENTA GERAL, C/ CONFEÇÕES MAIS LEVES, PARA SITUAÇÕES PONTUAIS. ESTA NÃO SE ENCONTRA AJUSTADA A NENHUMA PATOLOGIA ESPECÍFICA. DEVE CONTEMPLAR APENAS LEGUMES CLAROS E CONFECCIONADOS.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



EMENTA SEMANA

01 a 05 de Junho

CRECHE 3

DIA	ALMOÇO	LANCHE DA MANHÃ/TARDE
SEGUNDA-FEIRA 01 	DIA DA CRIANÇA CREME DE LEGUMES ^{1,5,6,7,8,12} PANADOS DE PERÚ C/ BATATA FRITA DE SACO (E ARROZ) ^{1,3} SALADA DE ALFACE GELADO / FRUTA DA ÉPOCA	IOGURTE LIQUIDO ^{1,7} BOLO MELANCIA PIPOCAS PÃO DE MISTURA
TERÇA-FEIRA 02	SOPA DE REPOLHO ^{1,5,6,7,8,12} CALDEIRADA DE PEIXE ¹ SALADA DE TOMATE FRUTA DA ÉPOCA	LEITE SIMPLES ^{1,7} PÃO DE MISTURA C/ QUEIJO
QUARTA-FEIRA 03	SOPA DE ALHO-FRANCÊS E CENOURA ^{1,5,6,7,8,12} VITELA ESTUFADA C/ LEGUMES E CUSCUS ^{1,3,4} SALADA MISTA FRUTA DA ÉPOCA	BATIDO DE FRUTA ^{1,7} PÃO DE MISTURA C/ MANTEIGA DE AMENDOIM
QUINTA-FEIRA 04	FERIADO	
SEXTA-FEIRA 05	CREME DE CURGETE ^{1,5,6,7,8,12} FRANGO ESTUFADO C/ ARROZ ^{1,4} SALADA MISTA BANANA	LEITE SIMPLES ^{1,7} PÃO DE MISTURA C/ FIAMBRE DE PERU BOLACHAS DE ARROZ

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 À 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

EMENTA SEMANA

01 a 05 de Junho

PRE-ESCOLAR 1 e 2

DIA	ALMOÇO	LANCHE DA MANHÃ/TARDE
SEGUNDA-FEIRA 01 	DIA DA CRIANÇA CREME DE LEGUMES ^{1,5,6,7,8,12} PANADOS DE PERÚ C/ BATATA FRITA DE SACO (E ARROZ) ^{1,3} SALADA DE ALFACE GELADO / FRUTA DA ÉPOCA	IOGURTE LIQUIDO ^{1,7} BOLO MELANCIA PIPOCAS PÃO DE MISTURA
TERÇA-FEIRA 02	SOPA DE REPOLHO ^{1,5,6,7,8,12} CALDEIRADA DE PEIXE ¹ SALADA DE TOMATE FRUTA DA ÉPOCA	LEITE SIMPLES ^{1,7} PÃO DE MISTURA C/ QUEIJO
QUARTA-FEIRA 03	SOPA DE ALHO-FRANCÊS E CENOURA ^{1,5,6,7,8,12} VITELA ESTUFADA C/ LEGUMES E CUSCUS ^{1,3,4} SALADA MISTA FRUTA DA ÉPOCA	BATIDO DE FRUTA ^{1,7} PÃO DE MISTURA C/ MANTEIGA DE AMENDOIM
QUINTA-FEIRA 04	FERIADO	
SEXTA-FEIRA 05	CREME DE CURGETE ^{1,5,6,7,8,12} FRANGO ESTUFADO C/ ARROZ ^{1,4} SALADA MISTA BANANA	LEITE SIMPLES ^{1,7} PÃO DE MISTURA C/ FIAMBRE DE PERU BOLACHAS DE ARROZ

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 CONFEIONADOS. **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 RIJA; 9- AIO E PRODUTOS À BASE DE AIO; 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

