

# Ementa Semanal – 5 a 9 de Fevereiro



Creche	2ª Feira	A	3ª Feira	A	4ª Feira	A	5ª Feira	A	6ª Feira	A
<b>Almoço</b>	Creme de legumes com vitela		Creme de legumes com coelho ou abrótea	9	Creme de legumes com peru		Creme de legumes com coelho ou pescada	9	Creme de legumes com frango	
	Empadão de arroz e carne com salada de cenoura <u>Berçário</u> Carne de vaca estufada (ao natural) com arroz e cenoura	4	Salada russa de atum e ovo <u>Berçário</u> Abrótea cozida com batata e brócolos	4 9	Peru assado com esparguete e salada de tomate <u>Berçário</u> Peru assado (ao natural) com massa e couve coração	4 4 14	Arroz de pescada com feijão-verde <u>Berçário</u> Abrótea grelhada com arroz e feijão verde	9 9	Frango estufado com batata e legumes <u>Berçário</u> Frango estufado (ao natural) com batata e abóbora	
	Fruta		Fruta		Fruta		Fruta		Fruta	
	<b>Berçário</b>	Papa láctea	*	Papa de fruta, iogurte e bolacha	*	Papa láctea	*	Papa de fruta e bolacha	*	Papa láctea
<b>Lanche 1 ano</b>	Papa láctea/pão	*	Iogurte, fruta e pão	*	Papa de cereais /pão	*		*	Papa láctea/ pão	*
<b>Lanche 2 anos</b>	Leite e pão com manteiga	*	Leite e pão com marmelada	*	Leite e pão torrado com manteiga	*	Leite e pão com queijo	*	Iogurte e pão com manteiga	
<b>Jl e CATL</b>										
<b>Almoço</b>	2ª Feira	A	3ª Feira	A	4ª Feira	A	5ª Feira	A	6ª Feira	A
	Creme de legumes		Creme de legumes		Creme de legumes		Creme de legumes		Creme de legumes	
	Empadão de arroz e carne com salada de cenoura	4	Salada russa de atum e ovo	9 14	Peru assado com esparguete e salada de tomate	4 14	Arroz de pescada com feijão-verde	9	Frango estufado com batata e legumes	
	Fruta		Fruta		Fruta		Fruta		Fruta	
<b>Lanche</b>	Leite e pão com manteiga	*	Leite e pão com marmelada	*	Leite e pão torrado com manteiga	*	Leite e pão com queijo	*	Iogurte e pão com manteiga	*
<b>Dieta</b>	Carne de vaca estufada (ao natural) com arroz e cenoura		Abrótea cozida com batata e brócolos	9	Peru assado (ao natural) com massa e couve coração	4 14	Abrótea grelhada com arroz e feijão-verde	9	Frango estufado (ao natural) com batata e abóbora	
<b>Lanche</b>	Fruta cozida		Fruta cozida		Fruta cozida		Fruta cozida/banana		Fruta cozida	
	Papa de arroz	*	Papa de arroz	*	Papa de arroz	*	Papa de arroz	*	Papa de arroz	*

A-Alergénios:													
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Aipo	Amendoim	Moluscos	Glúten	Leite	Crustáceos	Frutos de casca rija	Mostarda	Peixe	Sementes de sésamo	Soja	Dióxido De enxofre e Sulfitos	Tremoço	Ovos

Mariana Bessa  
Nutricionista



\*sujeita a alteração Última revisão dia 29/01 às 11:00