

# EMENTA

## SEMANA DE 03 A 07 DE DEZEMBRO DE 2018

2ª FEIRA	<b>BERÇÁRIO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Alho francês com ou sem carne (peru) Peru estufado com esparguete e legumes Creme de maçã (cozida)	Lanche	logurte + fruta
	<b>1 ANO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Alho francês com carne (peru) Peru estufado com esparguete e legumes Creme de maçã (cozida)	Lanche	logurte + fruta Pão com ou sem manteiga
3ª FEIRA	<b>BERÇÁRIO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Nabiça com ou sem peixe (pescada) Lombo de salmão grelhado com batatas e legumes Creme de pera (cozida)	Lanche	Papa láctea com ou sem glúten
	<b>1 ANO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Nabiça com peixe (pescada) Lombo de salmão grelhado com batatas e legumes Creme de pera (cozida)	Lanche	Papa láctea
4ª FEIRA	<b>BERÇÁRIO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Alface com ou sem carne (frango) Frango com arroz e legumes Creme de pera (cru ralada)	Lanche	logurte + fruta
	<b>1 ANO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Alface com carne (frango) Frango com arroz e legumes Creme de pera (cru)	Lanche	logurte + fruta Pão com ou sem manteiga
5ª FEIRA	<b>BERÇÁRIO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Agrião com ou sem peixe (perca) Filete de perca grelhado com batatas e legumes cozidos Banana	Lanche	Papa láctea com ou sem glúten
	<b>1 ANO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Agrião com peixe (perca) Filete de perca grelhado com batatas e legumes cozidos Banana	Lanche	Papa láctea
6ª FEIRA	<b>BERÇÁRIO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Espinafres com ou sem carne (frango) Hambúguer de frango com massinha e legumes Creme de Pera (crua)	Lanche	logurte + fruta
	<b>1 ANO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Espinafres com carne (frango) Hambúguer de frango com massinha e legumes Creme de Pera (crua)	Lanche	logurte + fruta Pão com ou sem manteiga

### Notas:

A ementa poderá sofrer alterações / O prato é apenas para crianças que introduzem sólidos na sua dieta alimentar / Encontra-se disponível diariamente a sopa base (batata, cenoura, cebola e fio de azeite). Reforço Matinal: Fruta; Reforço Tarde: Bolacha.

# EMENTA

## SEMANA DE 10 A 14 DE DEZEMBRO DE 2018

2ª FEIRA	<b>BERÇÁRIO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Espinafres com ou sem carne (borrego) Borrego com massinhas e legumes Creme de pero (crua ralada)	Lanche	Papa láctea com ou sem glúten
	<b>1 ANO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Espinafres com carne (borrego) Borrego com massinhas e legumes Creme de pero (crua ralada)	Lanche	Papa láctea
3ª FEIRA	<b>BERÇÁRIO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Agrião com ou sem peixe (pescada) Filete de pescada com arroz e legumes Creme de maçã (cozida)	Lanche	logurte + fruta
	<b>1 ANO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Agrião com peixe (pescada) Filete de pescada com arroz e legumes Creme de maçã (cozida)	Lanche	logurte + fruta Pão com ou sem manteiga
4ª FEIRA	<b>BERÇÁRIO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Alho francês com ou sem carne (peru) Peru com esparguete e legumes Creme de pera (crua ralada)	Lanche	Papa láctea com ou sem glúten
	<b>1 ANO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Alho francês com carne (peru) Peru com esparguete e legumes Creme de pera (crua ralada)	Lanche	Papa láctea
5ª FEIRA	<b>BERÇÁRIO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Alface com ou sem peixe (maruca) Maruca cozida com batatas e legumes Banana	Lanche	logurte + fruta
	<b>1 ANO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Alface com peixe (maruca) Maruca cozida com batatas e legumes Banana	Lanche	logurte + fruta Pão com ou sem manteiga
6ª FEIRA	<b>BERÇÁRIO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Nabiça com ou sem carne (frango) Frango com arroz branco e legumes Creme de maçã (cozida)	Lanche	Papa láctea com ou sem glúten
	<b>1 ANO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Nabiça com carne (frango) Frango com arroz branco e legumes Creme de maçã (cozida)	Lanche	Papa láctea

**Notas:**

A ementa poderá sofrer alterações / O prato é apenas para crianças que introduzem sólidos na sua dieta alimentar / Encontra-se disponível diariamente a sopa base (batata, cenoura, cebola e fio de azeite). Reforço Matinal: Fruta; Reforço Tarde: Bolacha.

*Ana Mendes*  
Nutricionista, Cédula Profissional 2048N

# EMENTA

## SEMANA DE 17 A 21 DE DEZEMBRO DE 2018

2ª FEIRA	<b>BERÇÁRIO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Agrião com ou sem carne (peru) Peru com arroz de legumes Creme de pera (cozida)	Lanche	logurte + fruta
	<b>1 ANO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Agrião com carne (peru) Peru com arroz de legumes Creme de pera (cozida)	Lanche	logurte + fruta Pão com ou sem manteiga
3ª FEIRA	<b>BERÇÁRIO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Nabiça com ou sem peixe (pescada) Carapau grelhado com batatas e legumes Banana	Lanche	Papa láctea com ou sem glúten
	<b>1 ANO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Nabiça com peixe (pescada) Carapau grelhado com batatas e legumes Banana	Lanche	Papa láctea
4ª FEIRA	<b>BERÇÁRIO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Espinafres com ou sem carne (frango) Frango com arroz e legumes Creme de Pero (cozido)	Lanche	logurte + fruta
	<b>1 ANO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Espinafres com carne (frango) Frango com arroz e legumes Creme de Pero (cozido)	Lanche	logurte + fruta Pão com ou sem manteiga
5ª FEIRA	<b>BERÇÁRIO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Alface com ou sem peixe (pescada) Pescada cozida com batata e legumes cozidos Creme de pera (crua ralada)	Lanche	Papa láctea com ou sem glúten
	<b>1 ANO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Alface com peixe (pescada) Pescada cozida com batata e legumes cozidos Creme de Pera (crua ralada)	Lanche	Papa láctea
6ª FEIRA	<b>BERÇÁRIO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Alho francês com ou sem carne (borrego) Borrego estufado com arroz e legumes cozidos Creme de Maçã (cozido)	Lanche	logurte + fruta
	<b>1 ANO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Alho francês com carne (borrego) Borrego estufado com arroz e legumes cozidos Creme de Maçã (cozido)	Lanche	logurte + fruta Pão com ou sem manteiga

### Notas:

A ementa poderá sofrer alterações / O prato é apenas para crianças que introduzem sólidos na sua dieta alimentar / Encontra-se disponível diariamente a sopa base (batata, cenoura, cebola e fio de azeite). Reforço Matinal: Fruta; Reforço Tarde: Bolacha.

# EMENTA

SEMANA DE 24 A 28 DE DEZEMBRO DE 2018

2ª FEIRA	<b>BERÇÁRIO</b>	Sopa Prato Sobremesa	<b>VÉSPERA DE NATAL</b>		
	<b>1 ANO</b>	Sopa Prato Sobremesa			
3ª FEIRA	<b>BERÇÁRIO</b>	Sopa Prato Sobremesa	<b>NATAL</b>		
	<b>1 ANO</b>	Sopa Prato Sobremesa			
4ª FEIRA	<b>BERÇÁRIO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Alface com ou sem peixe (pescada) Pescada cozida com batata e legumes Banana	<b>Lanche</b>	Papa láctea com ou sem glúten
	<b>1 ANO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Alface com peixe (pescada) Pescada cozida com batata e legumes Banana	<b>Lanche</b>	Papa láctea
5ª FEIRA	<b>BERÇÁRIO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Agrião com ou sem carne (peru) Peru grelhado com legumes e arroz Creme de pera (crua ralada)	<b>Lanche</b>	logurte + fruta
	<b>1 ANO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Agrião com carne (peru) Peru grelhado com legumes e arroz Creme de pera (crua ralada)	<b>Lanche</b>	logurte + fruta Pão com ou sem manteiga
6ª FEIRA	<b>BERÇÁRIO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Alho Francês com ou sem peixe (pescada) Massada de peixe com legumes Creme de Maçã (cozida)	<b>Lanche</b>	Papa láctea com ou sem glúten
	<b>1 ANO</b>	Sopa Prato Sobremesa	Alho Francês com peixe (pescada) Massada de peixe com legumes Creme de Maçã (cozida)	<b>Lanche</b>	Papa láctea

**Notas:**

A ementa poderá sofrer alterações / O prato é apenas para crianças que introduzem sólidos na sua dieta alimentar / Encontra-se disponível diariamente a sopa base (batata, cenoura, cebola e fio de azeite). Reforço Matinal: Fruta; Reforço Tarde: Bolacha.