



casba

EMENTA

SEMANA DE 7 DE OUTUBRO A 11 DE OUTUBRO

2ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de brócolos (com ou sem borrego) Puré de maçã cozida	Lanche	Papa láctea (com ou sem glúten) (1)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de brócolos (com borrego) Borrego com massa e abóbora (1) Puré de maçã cozida	Lanche	Papa láctea (1,7)
3ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de batata-doce e chuchu (com ou sem pescada) (4) Puré de pera crua	Lanche	Iogurte natural + Fruta (7)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de batata-doce e chuchu (com perca) (4) Perca com batata e couve-flor (4) Puré de pera crua	Lanche	Iogurte natural + Fruta (7)
4ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de curgete e alho-francês (com ou sem peru) Banana	Lanche	Papa láctea (com ou sem glúten) (1)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de curgete e alho-francês (com peru) Peru com arroz e cenoura Banana	Lanche	Papa láctea (1,7)
5ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de alho-francês (com ou sem pescada) (4) Puré de pera cozida	Lanche	Iogurte natural + Fruta (7)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de alho-francês (com pescada) (4) Pescada com batata e couve-coração (4) Puré de pera cozida	Lanche	Iogurte natural + Fruta (7)
6ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de abóbora e feijão-verde (com ou sem frango) Puré de maçã crua	Lanche	Papa láctea (com ou sem glúten) (1)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de feijão-verde (com frango) Frango com massa e brócolos (1) Puré de maçã crua	Lanche	Papa láctea (1,7)

Notas:

A ementa está sujeita a alterações por razões operacionais.

O prato é apenas para crianças que já tenham introduzido sólidos na sua dieta. Diariamente, está disponível uma sopa com batata, cenoura, cebola e um fio de azeite. O iogurte natural não tem adição de açúcar até aos 2 anos (inclusive).

Alergénios: 1 – glúten; 2 – crustáceos; 3 – ovo; 4 – peixe; 5 – amendoim; 6 – soja; 7 – leite; 8 – frutos de casca rija; 9 – aipo; 10 – mostarda; 11 – sésamo; 12 – sulfites; 13 – tremçoço; 14 – moluscos.

Elaborado pela nutricionista Patrícia Abreu (2017N).



casba

EMENTA

SEMANA DE 14 DE OUTUBRO A 18 DE OUTUBRO

2ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de couve-flor (com ou sem pescada) (4) Puré de maçã cozida	Lanche	logurte natural + Fruta (7)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de agrião (com tamboril) (4) Tamboril com batata e feijão-verde (4) Puré de maçã cozida	Lanche	logurte natural + Fruta (7)
3ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de cenoura e couve-coração (com ou sem vitela) Puré de pera crua	Lanche	Papa láctea (com ou sem glúten) (1)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de cenoura e couve-coração (com vitela) Vitela com massa e brócolos (1) Puré de pera crua	Lanche	Papa láctea (1,7)
4ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de alface (com ou sem pescada) (4) Banana	Lanche	logurte natural + Fruta (7)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de alface (com pescada) (4) Pescada com batata e couve-flor (4) Banana	Lanche	logurte natural + Fruta (7)
5ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de feijão-verde (com ou sem frango) Puré de pera cozida	Lanche	Papa láctea (com ou sem glúten) (1)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de feijão-verde (com frango) Frango com massa e cenoura (1) Puré de pera cozida	Lanche	Papa láctea (1,7)
6ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de batata-doce e chuchu (com ou sem pescada) (4) Puré de maçã crua	Lanche	logurte natural + Fruta (7)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de batata-doce e chuchu (com salmão) (4) Salmão com arroz e couve-coração (4) Puré de maçã crua	Lanche	logurte natural + Fruta (7)

Notas:

A ementa está sujeita a alterações por razões operacionais.

O prato é apenas para crianças que já tenham introduzido sólidos na sua dieta. Diariamente, está disponível uma sopa com batata, cenoura, cebola e um fio de azeite. O iogurte natural não tem adição de açúcar até aos 2 anos (inclusive).

Alergénios: 1 – glúten; 2 – crustáceos; 3 – ovo; 4 – peixe; 5 – amendoim; 6 – soja; 7 – leite; 8 – frutos de casca rija; 9 – aipo; 10 – mostarda; 11 – sésamo; 12 – sulfitos; 13 – tremçoço; 14 – moluscos.

Elaborado pela nutricionista Patrícia Abreu (2017N).



casba

EMENTA

SEMANA DE 21 DE OUTUBRO A 25 DE OUTUBRO

2ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de alho-francês (com ou sem peru) Puré de maçã cozida	Lanche	Papa láctea (com ou sem glúten) (1)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de alho-francês (com peru) Peru com arroz e feijão-verde Puré de maçã cozida	Lanche	Papa láctea (1,7)
3ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de curgete e alho-francês (com ou sem pescada) (4) Puré de pera crua	Lanche	logurte natural + Fruta (7)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de curgete e alho-francês (com tamboril) (4) Tamboril com massa e brócolos (1,4) Puré de pera crua	Lanche	logurte natural + Fruta (7)
4ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de cenoura a feijão-verde (com ou sem borrego) Banana	Lanche	Papa láctea (com ou sem glúten) (1)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de cenoura e feijão-verde (com borrego) Borrego com arroz e cenoura Banana	Lanche	Papa láctea (1,7)
5ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de brócolos (com ou sem pescada) (4) Puré de pera cozida	Lanche	logurte natural + Fruta (7)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de brócolos (com pescada) (4) Pescada com massa e couve-flor (1,4) Puré de pera cozida	Lanche	logurte natural + Fruta (7)
6ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de couve-coração (com ou sem frango) Puré de maçã crua	Lanche	Papa láctea (com ou sem glúten) (1)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de couve-coração (com frango) Frango com batata e abóbora Puré de maçã crua	Lanche	Papa láctea (1,7)

Notas:

A ementa está sujeita a alterações por razões operacionais.

O prato é apenas para crianças que já tenham introduzido sólidos na sua dieta. Diariamente, está disponível uma sopa com batata, cenoura, cebola e um fio de azeite. O iogurte natural não tem adição de açúcar até aos 2 anos (inclusive).

Alergénios: 1 – glúten; 2 – crustáceos; 3 – ovo; 4 – peixe; 5 – amendoim; 6 – soja; 7 – leite; 8 – frutos de casca rija; 9 – aipo; 10 – mostarda; 11 – sésamo; 12 – sulfites; 13 – tremçoço; 14 – moluscos.

Elaborado pela nutricionista Patrícia Abreu (2017N).



casba

EMENTA

SEMANA DE 28 DE OUTUBRO A 1 DE NOVEMBRO

2ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de alface (com ou sem pescada) (4) Puré de maçã cozida	Lanche	Iogurte natural + Fruta (7)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de alface (com pescada) (4) Pescada com arroz e couve-coração (4) Puré de maçã cozida	Lanche	Iogurte natural + Fruta (7)
3ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de feijão-verde (com ou sem peru) Puré de pera crua	Lanche	Papa láctea (com ou sem glúten) (1)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de feijão-verde (com peru) Peru com massa e abóbora (1) Puré de pera crua	Lanche	Papa láctea (1,7)
4ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de batata-doce e chuchu (com ou sem pescada) (4) Banana	Lanche	Iogurte natural + Fruta (7)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de batata-doce e chuchu (com perca) (4) Perca com batata e brócolos (4) Banana	Lanche	Iogurte natural + Fruta (7)
5ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de abóbora e couve-coração (com ou sem vitela) Puré de pera cozida	Lanche	Papa láctea (com ou sem glúten) (1)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de abóbora e couve-coração (com vitela) Vitela com arroz e feijão-verde Puré de pera cozida	Lanche	Papa láctea (1,7)
6ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	<h1>DIA DE TODOS OS SANTOS</h1>		
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa			

Notas:

A ementa está sujeita a alterações por razões operacionais.

O prato é apenas para crianças que já tenham introduzido sólidos na sua dieta. Diariamente, está disponível uma sopa com batata, cenoura, cebola e um fio de azeite. O iogurte natural não tem adição de açúcar até aos 2 anos (inclusive).

Alergénios: 1 – glúten; 2 – crustáceos; 3 – ovo; 4 – peixe; 5 – amendoim; 6 – soja; 7 – leite; 8 – frutos de casca rija; 9 – aipo; 10 – mostarda; 11 – sésamo; 12 – sulfitos; 13 – tremçoço; 14 – moluscos.

Elaborado pela nutricionista Patrícia Abreu (2017N).