



Ementa					Ano : 2018 - Semana de 23 a 27 de julho				
2ª Feira		3ª Feira		4ª Feira		5ª Feira		6ª Feira	
Sopa: de Ervilha Segundo: Medalhões de Pescada c/ Batata Salteada Salada Mista Sobremesa: Pêra		Sopa: Canja Segundo: Frango Estufado c/ Cenoura e Esparguete Salada de Alface Sobremesa: Banana		Sopa: de Nabiça Segundo: Atum no forno c/ Tomate e Arroz Salada Mista Sobremesa: Melancia		Sopa: Caldo Verde Segundo: Lasanha de Carne Salada de Alface Sobremesa: Salada de Fruta		Sopa: de Pão Torrado Segundo: Omelete de Verão c/ Arroz/ Salada Mista (saída: pães de leite c/ queijo/fiambre, frutas. Iogurte e pão c/ manteiga) Salada Mista Sobremesa: Maçã	
Lanche									
Leite simples Pão c/ Doce		Iogurte / Fruta Pão c/ Chocolate		Leite simples Pão c/queijo		Leite c/Chocolate Pão c/ fiambre		Iogurte / Fruta Pão c/ manteiga	
2 anos									
Sopa: de Ervilha Segundo: Medalhões de Pescada c/ Batata Salteada Salada Mista Sobremesa: Pêra		Sopa: Canja Segundo: Frango Estufado c/ Cenoura e Esparguete Salada de Alface Sobremesa: Banana		Sopa: de Nabiça Segundo: Atum no forno c/ Tomate e Arroz Salada Mista Sobremesa: Melancia		Sopa: Caldo Verde Segundo: Lasanha de Carne Salada de Alface Sobremesa: Salada de Fruta		Sopa: de Pão Torrado Segundo: Omelete de Verão c/ Arroz Salada Mista Sobremesa: Maçã	
1 ano									
Sopa: de Ervilha Segundo: Medalhões de Pescada c/ Batata Salteada Salada Mista Sobremesa: Pêra		Sopa: Canja Segundo: Frango Estufado c/ Cenoura e Esparguete Salada de Alface Sobremesa: Banana		Sopa: de Nabiça Segundo: Peixe Coz. c/ Arroz Salada Mista Sobremesa: Melancia		Sopa: de Courgette Segundo: Peru c/ massinha Salada de Alface Sobremesa: Salada de Fruta		Sopa: de Abóbora Segundo: Omelete de Verão c/ Arroz Salada Mista Salada Mista Sobremesa: Maçã	
Lanche									
<u>1 Ano</u> Iogurte c/ fruta <u>2 Anos</u> Leite simples Pão c/manteiga		<u>1 Ano</u> Cerelac <u>2 Anos</u> Iogurte c/ Fruta Pão c/ doce		<u>1 Ano</u> Papa de bolacha c/fruta <u>2 Anos</u> Leite simples Pão c/ queijo		<u>1ano</u> Cerelac <u>2 Anos</u> Iogurte c/ fruta Pão c/ fiambre		<u>1 Ano</u> Iogurte c/ fruta <u>2 Anos</u> Leite Simples Pão c/ manteiga	

Ementa Bebés 1ºp Ano : 2018 – Semana de 23 a 27 de julho

Almoço						Lanche					
Dias Nomes	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Dias Nomes	2ªFeira	3ªFeira	4ªFeira	5ª Feira	6ª Feira
1ºp											
*A.	Creme de leg. c/ Feijão Verde e Peixe Maçã	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de Fruta	Creme de legumes c/ Salsa e Peixe Pêra	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Abóbora e Ovo Banana	*A.	Leite 210ml	Iogurte com Fruta	Papa Nutriben	Iogurte com Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
M. C.	Creme de leg. c/ Feijão Verde e Peixe Maçã	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de Fruta	Creme de legumes c/ Salsa e Peixe Pêra	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Abóbora e Ovo Banana	M. C.	Cerelac	Iogurte com Fruta	Cerelac	Iogurte com Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
F.	Creme de leg. c/ Feijão Verde e Peixe Maçã	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de Fruta	Creme de legumes c/ Salsa e Peixe Pêra	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Abóbora e Ovo Banana	F.	Cerelac	Iogurte com Fruta	Cerelac	Iogurte com Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
=A. C.	Creme de leg. c/ Feijão Verde e Peixe Maçã	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de Fruta	Creme de legumes c/ Salsa e Peixe Pêra	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Abóbora e Ovo Banana	=A. C.	Leite Materno	Iogurte com Fruta	Leite Materno	Iogurte com Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
A S	Creme de leg. c/ Feijão Verde e Peixe Maçã	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de Fruta	Creme de legumes c/ Salsa e Peixe Pêra	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Abóbora e Ovo Banana	A. S.	Papa Holle e fruta	Iogurte com Fruta	Leite 180ml	Iogurte com Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
T. R.	Creme de leg. c/ Feijão Verde e Peixe Maçã	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de Fruta	Creme de legumes c/ Salsa e Peixe Pêra	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Abóbora e Ovo Banana	T. R.	Cerelac de maçã	Iogurte com Fruta	Cerelac de maçã	Iogurte com Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
C. N.	Creme de leg. c/ Feijão Verde e Peixe Maçã	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de Fruta	Creme de legumes c/ Salsa e Peixe Pêra	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Abóbora e Ovo Banana	C. N.	Leite 180 ml	Iogurte com fruta	Cerelac	Iogurte com Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
J.	Creme de leg. c/ Feijão Verde e Peixe Maçã	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de Fruta	Creme de legumes c/ Salsa e Peixe Pêra	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Abóbora e Ovo Banana	J.	Leite 180 ml	Iogurte com Fruta	Cerelac	Iogurte com Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
F. O.	Creme de leg. c/ Feijão Verde e Peru Maçã	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de Fruta	Creme de legumes c/ Salsa ??? e Peru Pêra	Creme de leg. c/ Courgette e Frango Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Abóbora e Borrego Banana	F. O.	Leite 180 ml	Iogurte com Fruta	Cerelac???	Iogurte com Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
F. R.*	Creme de leg. c/ Feijão Verde e Peixe Maçã	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de Fruta	Creme de legumes c/ Salsa e Peixe Pêra	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Abóbora e Vitela Banana	F. R.	Papa	Leite 180 ml	Papa	Leite 180 ml	Papa

*Base com Abóbora

= Batata Doce

Ementa Bebés R/C Ano : 2018 – Semana de 23 a 27 de julho

Almoço						Lanche					
Nomes/Dias	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira	Nomes/Dias	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
RC											
*J. M.	Creme de leg. c/ Feijão Verde e Peixe Maçã	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de Fruta	Creme de legumes c/ Salsa e Peixe Pêra	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Abóbora e Ovo Banana	*J. M.	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
*J	Creme de leg. c/ Feijão Verde e Peixe Maçã	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de Fruta	Creme de legumes c/ Salsa e Peixe Pêra	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Abóbora e Ovo Banana	*J	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
*L.	Creme de leg. c/ Feijão Verde e Peixe Maçã	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de Fruta	Creme de legumes c/ Salsa e Peixe Pêra	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Abóbora e Ovo Banana	*L.	Iogurte c/ fruta	Papa bolacha e fruta	Iogurte c/ fruta	Papa de Bolacha e Fruta	Iogurte c/ fruta
*M. M.	Creme de leg. c/ Feijão Verde e Peixe Maçã	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de Fruta	Creme de legumes c/ Salsa e Peixe Pêra	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Abóbora e Ovo Banana	*M. M.	Iogurte c/ Fruta	Cerelac	Iogurte com Fruta	Papa de Bolacha e Fruta	Iogurte c/ fruta
*M. Mo.	Creme de leg. c/ Feijão Verde e Peixe Maçã	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de Fruta	Creme de legumes c/ Salsa e Peixe Pêra	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Abóbora e Ovo Banana	*M. Mo.	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
**Mª C.	Creme de leg. c/ Feijão Verde e Peixe Maçã	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de Fruta (s/banana e C/ sumo laranja)	Creme de legumes c/ Salsa e Peixe Pêra	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Abóbora e Ovo Pêra	Mª C.	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
*R.	Creme de leg. c/ Feijão Verde e Peixe Maçã	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de Fruta	Creme de legumes c/ Salsa e Peixe Pêra	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Abóbora e Ovo Banana	R.	Papa Preparada c/ leite	Iogurte c/ fruta	Papa Preparada c/ leite	Iogurte c/ fruta	Papa de Bolacha e Fruta
*S.	Creme de leg. c/ Feijão Verde e Peixe Maçã	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de Fruta	Creme de legumes c/ Salsa e Peixe Pêra	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Abóbora e Ovo Banana	S.	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
A.P.	Creme de leg. c/ Feijão Verde e Peixe Maçã	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de Fruta	Creme de legumes c/ Salsa e Peixe Pêra	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Abóbora e Ovo Banana	A.P.	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
B. F.	Creme de leg. c/ Feijão Verde e Peixe Maçã	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de Fruta	Creme de legumes c/ Salsa e Peixe Pêra	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Abóbora e Ovo Banana	B. F.	Cerelac	Iogurte c/ fruta	Cerelac	Iogurte c/ fruta	Papa de Bolacha e Fruta
C. F.	Creme de leg. c/ Feijão Verde e Peixe Maçã	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de Fruta	Creme de legumes c/ Salsa e Peixe Pêra	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Abóbora e Ovo Banana	C. F.	Cerelac	Iogurte c/ fruta	Cerelac	Iogurte c/ fruta	Papa de Bolacha e Fruta
E. R.	Creme de leg. c/ Feijão Verde e Peixe Maçã	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de Fruta	Creme de legumes c/ Salsa e Peixe Pêra	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Abóbora e Ovo Banana	E. R.	Cerelac	Papa de bolacha Fruta	Iogurte c/ Fruta	Papa de Bolacha e Fruta	Iogurte c/ fruta

* Base de Abóbora

*Bebés R/C que comem toda a variedade de proteína – iniciam segundo