



Creche e Jardim de Infância

Ementa

Ano : 2018 - 12 a 16 de novembro

2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<p>Feira das Sopas</p> <p>Sopa de Peixe Sopa à Lavrador Couve c/ Feijão Caldo Verde Sopa da Pedra Canja</p>  <p>Fruta variada</p>	<p>Sopa: de Hortaliga Segundo: Bacalhau Gratinado c/ Cenoura Salada Mista Sobremesa: Uva</p>	<p>Sopa: de Courgette e Feijão-verde Segundo: Empadão de Carne c/ Arroz Salada de Alface Sobremesa: Banana</p>	<p>Sopa: de Abóbora Segundo: Peixe Envolvido em Tomate e Legumes c/ Puré de Batata Salada Mista Sobremesa: Tangerina</p>	<p>Sopa: de Rabanete Segundo: Ovos Cozidos c/ Legumes e Espirais Salada Mista Sobremesa: Maçã</p>
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				
<p>Feira das Sopas</p> <p>Sopa de Cenoura e Frango Fruta variada</p> 	<p>Sopa: de Hortaliga Segundo: Pescada Gratinado c/ Cenoura Salada Mista Sobremesa: Uva</p>	<p>Sopa: de Courgette e Feijão-verde Segundo: Empadão de Carne c/ Arroz Salada de Alface Sobremesa: Banana</p>	<p>Sopa: de Abóbora Segundo: Peixe Envolvido em Tomate e Legumes c/ Puré de Batata Salada Mista Sobremesa: Tangerina</p>	<p>Sopa: de Rabanete Segundo: Ovos Cozidos c/ Legumes e Espirais Salada Mista Sobremesa: Maçã</p>
1 ano				
<p>Feira das Sopas</p> <p>Sopa de Cenoura e Frango Fruta variada</p> 	<p>Sopa: de Hortaliga c/ Peixe Segundo: Pescada Gratinada c/ Cenoura Salada Mista Sobremesa: Uva</p>	<p>Sopa: de Courgette e Feijão-verde c/ Vitela Segundo: Empadão de Carne c/ Arroz Salada de Alface Sobremesa: Banana</p>	<p>Sopa: de Abóbora c/ Peixe Segundo: Peixe Envolvido em Tomate e Legumes c/ Puré de Batata Salada Mista Sobremesa: Tangerina</p>	<p>Sopa: de Rabanete c/ Ovo Segundo: Ovos Cozidos c/ Legumes e Espirais Salada Mista Sobremesa: Maçã</p>
Lanche				
<p><u>1 Ano</u> Iogurte c/ fruta <u>2 Anos</u> Iogurte c/ fruta</p>	<p><u>1 Ano</u> Cerelac <u>2 Anos</u> Cerelac</p>	<p><u>1 Ano</u> Papa de bolacha c/fruta <u>2 Anos</u> Iogurte c/ fruta</p>	<p><u>1 ano</u> Cerelac <u>2 Anos</u> Nestum</p>	<p><u>1 Ano</u> Iogurte c/ fruta <u>2 Anos</u> Leite Simples Pão c/ manteiga</p>



Creche e Jardim de Infância

Ementa Bebés Ano : 2018 – 12 a 16 novembro

Almoço						Lanche					
Dias Nomes	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Dias Nomes	2ªFeira	3ªFeira	4ªFeira	5ª Feira	6ª Feira
1ºp											
D.						D.					
E.	Creme de leg. c/ Cenoura e Frango Pêra	Creme de legumes c/ Alho Francês e Borrego Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Banana	Creme de legumes c/Abóbora e Borrego Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Couve-Flor e Frango Maçã	E.	Leite materno	Papa	Leite materno	Papa	Leite materno
F. O.	Creme de leg. c/ Cenoura e Frango Pêra	Creme de legumes c/ Alho Francês e Peixe Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Vitela Banana	Creme de legumes c/Abóbora e Peixe Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Couve-Flor e Ovo (gema) Maçã	F. O.	Cerelac	Iogurte com Fruta	Cerelac	Iogurte com Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
*Fi. R.	Creme de leg. c/ Cenoura e Frango Pêra	Creme de legumes c/ Alho Francês e Peixe Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Vitela Banana	Creme de legumes c/Abóbora e Peixe Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Couve-Flor e Ovo (gema) Maçã	F. R.	Papa	Iogurte com Fruta	Papa	Iogurte com Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
L.	Creme de leg. c/ Cenoura e Frango Pêra	Creme de legumes c/ Alho Francês e Borrego Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Banana	Creme de legumes c/Abóbora e Borrego Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Couve-Flor e Frango Maçã	L.	Papa Nutriben (180ml água)	Papa Nutriben (180ml água)	Papa Nutriben (180ml água)	Papa Nutriben (180ml água)	Papa Nutriben (180ml água)
Lu.	Creme de leg. c/ Cenoura e Frango Pêra	Creme de legumes c/ Alho Francês e Borrego Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Banana	Creme de legumes c/Abóbora e Borrego Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Couve-Flor e Frango Maçã	L.	PAPA	Iogurte com Fruta	PAPA	Iogurte com Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
M.						M.					
T.						T.					

*Base Abóbora



Creche e Jardim de Infância

Ementa Bebés Ano: 2018 – 12 a 16 novembro

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											
B.	Creme de leg. c/ Cenoura e Frango Pêra	Creme de legumes c/ Alho Francês e Peixe Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Vitela Banana	Creme de legumes c/ Abóbora e Peixe Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Couve-Flor e Ovo (gema) Maçã	B.	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
C.	Creme de leg. c/ Cenoura e Frango Pêra	Creme de legumes c/ Alho Francês e Peixe Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Vitela Banana	Creme de legumes c/ Abóbora e Peixe Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Couve-Flor e Ovo (gema) Maçã	C.	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
Cl.	Creme de leg. c/ Cenoura e Frango Pêra	Creme de legumes c/ Alho Francês e Peixe Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Vitela Banana	Creme de legumes c/ Abóbora e Peixe Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Couve-Flor e Ovo (gema) Maçã	*Cl.	Nutriiben (180ml água)	Iogurte c/ Fruta	Nutriiben (180ml água)	Iogurte c/ Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
D.	Creme de leg. c/ Cenoura e Frango Pêra	Creme de legumes c/ Alho Francês e Peixe Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Vitela Banana	Creme de legumes c/ Abóbora e Peixe Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Couve-Flor e Ovo (gema) Maçã	D.	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
F.	Creme de leg. c/ Cenoura e Frango Pêra	Creme de legumes c/ Alho Francês e Peixe Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Vitela Banana	Creme de legumes c/ Abóbora e Peixe Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Couve-Flor e Ovo (gema) Maçã	F.	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
G.	Creme de leg. c/ Cenoura e Frango Pêra	Creme de legumes c/ Alho Francês e Peru Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Vitela Banana	Creme de legumes c/ Abóbora e Peru Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Couve-Flor e Frango Maçã	*G.	Cerelac (180ml água)	Iogurte c/ Fruta	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
I.	Creme de leg. c/ Cenoura e Frango Pêra	Creme de legumes c/ Alho Francês e Peixe Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Banana	Creme de legumes c/ Abóbora e Peixe Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Couve-Flor e Ovo (gema) Maçã	*I.	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
J.	Creme de leg. c/ Cenoura e Frango Pêra	Creme de legumes c/ Alho Francês e Peixe Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Vitela Banana	Creme de legumes c/ Abóbora e Peixe Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Couve-Flor e Peru Maçã	J.	Cerelac(180ml água)	Iogurte c/ Fruta	Leite 180 ml	Iogurte c/ Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
M.	Creme de leg. c/ Cenoura e Frango Pêra	Creme de legumes c/ Alho Francês e Peixe Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Vitela Banana	Creme de legumes c/ Abóbora e Peixe Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Couve-Flor e Ovo (gema) Maçã	*M.	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
M. I.	Creme de leg. c/ Cenoura e Frango Pêra	Creme de legumes c/ Alho Francês e Peixe Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Vitela Banana	Creme de legumes c/ Abóbora e Peixe Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Couve-Flor e Ovo (gema) Maçã	*M. I.	Iogurte c/ fruta	Iogurte c/ fruta	Iogurte c/ fruta	Iogurte c/ fruta	Iogurte c/ fruta
Mar.	Creme de leg. c/ Cenoura e Frango Pêra	Creme de legumes c/ Alho Francês e Peixe Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Vitela Banana	Creme de legumes c/ Abóbora e Peixe Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Couve-Flor e Ovo (gema) Maçã	Mar.	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
Mat.	Creme de leg. c/ Cenoura e Frango Pêra	Creme de legumes c/ Alho Francês e Peixe Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Vitela Banana	Creme de legumes c/ Abóbora e Peixe Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Couve-Flor e Ovo (gema) Maçã	Mat.	Papa de Bolacha e Fruta	Iogurte c/ Fruta	Papa de Bolacha e Fruta	Iogurte c/ Fruta	Papa de Bolacha e Fruta