



Creche e Jardim de Infância

Ementa

Ano : 2019 - 18 a 22 de fevereiro

2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Sopa: de Peixe Segundo: Bacalhau com Molho Branco Salada Mista Sobremesa: Maçã	Sopa: de Brócolos Segundo: Hambúrgueres c/ Esparguete de Alho Francês Salada de Alface Sobremesa: Marroquina	Sopa: Juliana Segundo: Arroz de Lulas Salada Mista Sobremesa: Banana	Sopa: de Ervilha Segundo: Vitela Estufada c/ Cenoura e Feijão-verde e Puré de Batata Salada Mista Sobremesa: Maçã Assada	Sopa: de Nabiça Segundo: Ovos Verdes c/ Arroz de Tomate Salada de Alface Sobremesa: Pêra

Lanche

Leite simples Pão c/ Queijo	Leite c/ Chocolate Pão c/ Fiambre	Iogurte/fruta Pão c/ Doce	Leite Simples Pão c/Chocolate	Iogurte / Fruta Pão c/ Manteiga
--------------------------------	--------------------------------------	------------------------------	----------------------------------	------------------------------------

2 anos

Sopa: de Peixe Segundo: Pescada coz. c/ Batata Salada Mista Sobremesa: Maçã	Sopa: de Brócolos Segundo: Hambúrgueres c/ Esparguete de Alho Francês Salada de Alface Sobremesa: Marroquina	Sopa: Juliana Segundo: Arroz de Lulas Salada Mista Sobremesa: Banana	Sopa: de Ervilha Segundo: Vitela Estufada c/ Cenoura e Feijão-verde e Puré de Batata Salada Mista Sobremesa: Maçã Assada	Sopa: de Nabiça Segundo: Ovos Verdes c/ Arroz de Tomate Salada de Alface Sobremesa: Pêra
---	--	--	--	--

1 ano

Sopa: de Peixe Segundo: Pescada coz. c/ Batata Salada Mista Sobremesa: Maçã	Sopa: de Brócolos c/ Frango Segundo: Frango c/ Esparguete de Alho Francês Salada de Alface Sobremesa: Marroquina e Banana	Sopa: Juliana c/ Peixe Segundo: Arroz de Lulas Salada Mista Sobremesa: Banana	Sopa: de Ervilha c/Vitela Segundo: Vitela Estufada c/ Cenoura e Feijão-verde e Puré de Batata Salada Mista Sobremesa: Maçã Assada	Sopa: de Nabiça c/ Ovo Segundo: Ovos c/ Arroz de Tomate Salada de Alface Sobremesa: Pêra
---	---	---	---	--

Lanche

<u>1 Ano</u> Iogurte c/ fruta <u>2 Anos</u> Iogurte c/ fruta	<u>1 Ano</u> Cerelac <u>2 Anos</u> Cerelac	<u>1 Ano</u> Papa de bolacha c/fruta <u>2 Anos</u> Iogurte c/ fruta	<u>1ano</u> Cerelac <u>2 Anos</u> Nestum	<u>1 Ano</u> Iogurte c/ fruta <u>2 Anos</u> Leite Simples Pão c/ manteiga
---	---	--	---	---



Creche e Jardim de Infância

Ementa Bebés Ano : 2019 – 18 a 22 de fevereiro

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.	Creme de leg. c/ Abóbora e Peixe Pêra	Creme de legumes c/ Brócolos e Frango Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Peixe Banana	Creme de legumes c/ Couve Branca e Vitela Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Alho Francês e Ovo Maçã	D.	Cerelac	Iogurte com Fruta	Cerelac	Iogurte com Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
E.	Creme de leg. c/ Abóbora e Peixe Pêra	Creme de legumes c/ Brócolos e Frango Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Peixe Banana	Creme de legumes c/ Couve Branca e Peru Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Alho Francês e Ovo Maçã	E.	Papa	Iogurte com Fruta	Papa	Iogurte com Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
L.	Creme de leg. c/ Abóbora e Peixe Pêra	Creme de legumes c/ Brócolos e Frango Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Peixe Banana	Creme de legumes c/ Couve Branca e Peru Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Alho Francês e Ovo Maçã	L.	Papa	Iogurte com Fruta	Papa	Iogurte com Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
LU.	Creme de leg. c/ Abóbora e Peixe Pêra	Creme de legumes c/ Brócolos e Frango Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Peixe Banana	Creme de legumes c/ Couve Branca e Peru Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Alho Francês e Ovo Maçã	L.	PAPA	Iogurte com Fruta	PAPA	Iogurte com Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
G.	Creme de leg. c/ Abóbora e Peixe Pêra	Creme de legumes c/ Brócolos e Frango Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Peixe Banana	Creme de legumes c/ Couve Branca e Vitela Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Alho Francês e Peru Maçã	G.	Papa	Iogurte com Fruta	Papa	Iogurte com Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
M.	Creme de leg. c/ Abóbora e Peru Pêra	Creme de legumes c/ Brócolos e Frango Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Borrego Pêra	Creme de legumes c/ Couve Branca e Peru Polpa de fruta s/ banana	Creme de leg. c/ Alho Francês e Coelho Maçã	T.	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Cerelac	Iogurte c/ Fruta	Papa de Bolacha e Fruta
A.	Creme de leg. c/ Abóbora e Frango Pêra	Creme de legumes c/ Brócolos Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette Banana	Creme de legumes c/ Couve Branca Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Alho Francês Maçã	A.	Leite Materno	Papa c/ leite materno	Leite Materno	Papa c/ leite materno	Leite Materno
A.M.	Creme de leg. c/ Abóbora e Peru Pêra	Creme de legumes c/ Brócolos e Frango Maçã Coz.	Creme de leg. c/ Courgette e Peru Banana	Creme de legumes c/ Couve Branca e Frango Polpa de fruta	Creme de leg. c/ Alho Francês e Peru Maçã	A.M.	Leite Materno	Papa c/ leite materno	Leite Materno	Papa c/ leite materno	Leite Materno

*Base Abóbora



Creche e Jardim de Infância

Ementa Bebés Ano: 2019 – 18 a 22 de fevereiro

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