















SEMANA de _____

	Jardim CATL	Creche	Berçário 4-8 meses	Berçário 9-12 meses	
Segunda	Sopa	Canja de galinha 🍷 🍷	Sopa de Legumes com frango	Sopa: Legumes com frango	
	Prato Principal	Salada de atum, feijão-frade e ovo e arroz branco 🍷 🍷	Salada de atum, feijão-frade e ovo e arroz branco 🍷 🍷	Sopa: Legumes com frango	
	Legumes/salada	Salada de tomate	Salada de tomate	Sobremesa: Fruta cozida	
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Sobremesa: Fruta cozida	
Terça	Sopa	Sopa de Legumes	Sopa de Legumes com peixe	Sopa: Legumes com peixe 🍷	
	Prato Principal	Rancho (carne de frango, grão-de-bico, cenoura e massa fusili) 🍷	Rancho (carne de frango, grão-de-bico, cenoura e massa fusili) 🍷	Sopa: Legumes com peixe 🍷	
	Legumes/salada	Salada de alface	Salada de alface	Sobremesa: Fruta cozida	
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Sobremesa: Fruta cozida	
Quarta	Sopa	Sopa de Legumes	Sopa de Legumes com peru	Sopa: Legumes com peru	
	Prato Principal	Lombos de pescada estufados com molho de tomate e batata cozida 🍷	Lombos de pescada estufados com molho de tomate e batata cozida 🍷	Sopa: Legumes com peru	
	Legumes/salada	Couve-de-bruxelas cozidas	Couve-de-bruxelas cozidas	Sobremesa: Fruta cozida	
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Sobremesa: Fruta cozida	
Quinta	Sopa	Sopa de legumes	Sopa de legumes com peixe 🍷	Sopa: Legumes com peixe 🍷	
	Prato Principal	Lombo assado com arroz de cenoura	Lombo assado com arroz de cenoura	Sopa: Legumes com peixe 🍷	
	Legumes/salada	Salada de alface	Salada de alface	Sobremesa: Fruta cozida	
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Sobremesa: Fruta cozida	
Sexta	Sopa	Sopa de legumes	Sopa de legumes com coelho	Sopa: Legumes com coelho	
	Prato Principal	Caldeirada de peixe 🍷	Caldeirada de peixe 🍷	Sopa: Legumes com coelho	
	Legumes/salada	Brócolos cozidos	Brócolos cozidos	Sobremesa: Fruta cozida	
	Sobremesa	Leite-Creme 🍷 🍷	Fruta da época	Sobremesa: Fruta cozida	
			Lanche		
Merenda da Tarde	Segunda-Feira	logurte com pão com fiambre	logurte com bolachas	Papa de maçã	Papa de maçã
	Terça-Feira	Leite com bolachas	Leite com Nestum	Papa de pêra	Papa de banana e laranja
	Quarta-Feira	Fruta com pão com queijo	Papa de fruta e bolacha	Papa de maçã	Papa de pera
	Quinta-Feira	Leite com cereais (corn flakes)	Leite com Nestum	Papa de pêra	Papa de bolacha maria
	Sexta-Feira	Leite com pão com manteiga	Leite com pão com manteiga	Papa de maçã	Papa de maçã

Nota: Esta ementa poderá sofrer alterações.

A bebida servida ao almoço é sempre água.

 Cereais que contêm glúten
  Crustáceos
  Ovos
  Peixe
  Amendoim
  Soja
  Leite
  Frutos de casca rija
  Aipo
  Mostarda
  Sementes de Sésamo
  Tremçoço
  Dióxido de enxofre e sulfites
  Moluscos

Nota: Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.

A Nutricionista: Sofia Guimarães | CP: 3035N