



Ementas das Salas de Creche

Creche - I

Almoço			
Dias da Semana	Sopas	Papas de Fruta	Papas
Segunda feira	Frango	Maçã	Cerelac/Milupa ^{4,1}
Terça feira	Perú	Pêra	Cerelac/Milupa ^{4,1}
Quarta feira	Peixe ³	Banana c/Laranja	Cerelac/Milupa ^{4,2}
Quinta feira	Vitela	Maçã	Cerelac/Milupa ^{4,1}
Sexta feira	Frango	Pêra(ou)Fruta da época.	Cerelac/Milupa ^{4,1}

Nota: As sopas são confeccionadas consoante regras de introdução de alimentos, na alimentação da criança; a sopa de peixe³a bolacha maria^{1,2,4,5}, só serão introduzidas com autorização do encarregado de educação. Papa de logurte c/fruta poderá ser dada desde que haja indicação do encarregado de educação.

Creche - II

Almoço			
Dias da Semana	Sopas	Papas de Fruta	Papas
Segunda feira	Frango	Maçã (ou) Maçã coz.	logurte ⁴ c/fruta e bolachas ^{1,2,4,5} (ou) pão ¹
Terça feira	Perú	Pêra (ou) Pêra assada	Nestum ¹
Quarta feira	Peixe ³	Banana/Laranja	logurte ⁴ peça de fruta c/bolachas ^{1,2,4,5} (ou) pão ¹
Quinta feira	Vitela	Maçã (ou)Maçã assada	Cerelac ¹
Sexta feira	Frango	Banana/Laranja	Leite ⁴ com pão ¹ manteiga ⁴ ou doce

Nota: O prato principal é de acordo com a ementa geral afixada. A sopa a partir dos 18 meses passará a ser conforme ementa geral

Creche - III

Dias da Semana	Almoço	Lanche
Segunda feira	Conforme ementa afixada	Leite ⁴ c/cereais ¹
Terça feira		Leite ⁴ e pão ¹ c/manteiga ⁴
Quarta feira		logurte ⁴ e peça de fruta c/ pão ¹ e fiambre
Quinta feira		Leite ⁴ c/pão e doce
Sexta feira		Leite ⁴ e pão ¹ c/queijo ⁴

Nota: esta ementa pode ser sujeita a alterações consoante prescrição médica

Alergênicos: 1 Cereais que contêm glúten, nomeadamente trigo, centeio, cevada, aveia e produtos à base de cereais; 2 Ovos e produtos à base de ovos; 3 Peixes e produtos à base de peixe; 4 Leite e produtos à base de leite (incluindo lactose); 5 Dióxido de enxofre e sulfitos em concentrações superiores a 10 mg/kg ou 10 mg/l expressos em SO₂; 6 Crustáceos e produtos à base de crustáceos; 7 Amendoins e produtos à base de amendoins; 8 Soja e produtos à base de soja; 9 Frutos de casca rija; 10 Aipos e produtos à base de aipos; 11 Mostarda e produtos à base de mostarda; 12 Sementes de sésamo e produtos à base de sementes de sésamo; 13 Tremoço e produtos à base de tremoço; 14 Moluscos e produtos à base de moluscos.

Brejo 29 de Novembro de 2019

Nota: Esta ementa pode ser sujeita a alterações A Nutricionista: _____

