



EMENTA 1 CRECHE

16 a 20 novembro de 2020



Nota: das 18h às 18h30m é distribuída a todas as crianças uma peça de fruta.

Esta ementa está sujeita a alteração sem aviso prévio.

A Direção

2ª FEIRA

Reforço matinal: Batido de leite com banana

Sopa: Curgete

Prato: Frango com esparguete
Peça de fruta

Merenda: logurte e pão de mistura com manteiga, doce ou queijo

3ª FEIRA

Reforço matinal: logurte simples ou de fruta

Sopa: Puré de cenoura

Prato: Peixe cozido com batata, cenoura e brócolos
Peça de fruta

Merenda: 12 a 24 meses- Papa láctea
24 a 36 meses-Copo de leite e pão de mistura com queijo ou manteiga ou papa lactea

4ª FEIRA

Reforço matinal: Fruta da época e 2 bolachas Maria

Sopa: Grão com espinafres

Prato: Carne à Bolonhesa com esparguete e curgete
Peça de fruta

Merenda: logurte e pão de mistura com queijo, doce ou manteiga

5ª FEIRA

Reforço matinal: logurte simples ou de fruta

Sopa: Legumes

Prato: Peixe cozido com batata, cenoura e couve flor
Peça de fruta

Merenda: 12 a 24 meses- Papa láctea
24 a 36 meses-Copo de leite e pão de mistura com queijo ou manteiga ou papa lactea

6ª FEIRA

Reforço matinal: Fruta maçã, pera ou banana

Sopa: Feijão-verde

Prato: Strogonoff de peru com puré de batata
Peru com arroz branco
Peça de fruta

Merenda: logurte e pão de mistura com queijo, doce ou manteiga