

# creche - almoço -

NutriCuida

2º FEIRA | 27 ABRIL

3º FEIRA | 28 ABRIL

4º FEIRA | 29 ABRIL

5º FEIRA | 30 ABRIL

6º FEIRA | 1 MAIO

BERCÁRIO

Creme de feijão verde  
(batata, abóbora,  
alho e feijão-verde)  
com coelho  
Fruta da época

Creme de alface  
(batata, cenoura,  
cebola e alface) com  
medalhões de  
pescada<sup>4</sup>  
Fruta da época

Creme de couve  
(batata, abóbora,  
alho e couve) com  
peru  
Fruta da época

Creme de cenoura  
(batata, cenoura,  
curgete e alho  
francês) com abrótea<sup>4</sup>  
Fruta da época

**FERIADO**

1-2 ANOS

Feijão verde  
F.T.S.5  
Ovo mexido<sup>3</sup> com  
arroz branco e salada  
de alface e milho  
Fruta da época

Creme de legumes  
F.T.S.39  
Medalhões de pescada  
no forno<sup>4</sup> com salada  
russa (batata, cenoura,  
ervilhas e feijão verde)  
Fruta da época

Feijão encarnado com  
cenoura e couve  
F.T.S. 39  
Peito de peru assado  
fatiado com arroz de  
cenoura e salada de  
alface e beterraba  
Fruta da época

Nabiça  
F.T.S.8  
Massinha de abrótea/  
Massinha de atum  
(sem natas)<sup>1 3 4 6 10</sup>  
com salada de alface  
e milho  
Fruta da Época

**FERIADO**

DIETA

Creme de cenoura  
e abóbora  
F.T.S.23  
Frango cozido com  
arroz branco  
Fruta da Época

Creme de cenoura e  
abóbora  
F.T.S.23  
Medalhões de  
pescada<sup>4</sup> cozido  
com batata cozida  
Fruta da Época

Creme de cenoura e  
abóbora  
F.T.S.23  
Peru cozido com arroz  
de cenoura  
Fruta da Época

Creme de cenoura  
F.T.S.23  
Massinha de  
Abrótea simples<sup>1 3 4</sup>  
<sup>6 10</sup>  
Fruta da Época

**FERIADO**

Ementa sujeita a alterações

**COMUNIQUE-NOS**

Caso a sua criança tenha alguma  
alergia ou intolerância alimentar.

1 Ovo 2 Cereais com glúten  
3 Marisco (crustáceos) e moluscos 4 Peixe

5 Amendoim e frutos casca rija  
6 Soja 7 Leite 8 Aipo 9 Mostarda

10 Enxofre e sulfitos 11 Tremoço  
12 Sementes de Sésamo

