



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE CINFAES



PLANO DE EMENTAS

CRECHE

Dia do Mês	Dia da Semana	Peq. Almoço	Meio da Manhã	Almoço			Lanche
				Sopa	Prato	Sobremesa	
03-09-2018	Seg	Leite simples ou com cevada e pão com manteiga	Fruta + bolachas	Legumes	Salada russa com filetes de pescada e brócolos	Pêra	Iogurte e pão com fiambre
04-09-2018	Ter	Leite simples ou com cevada e pão com queijo	Fruta + bolachas	Legumes	Massa de cotovelos com carne e feijão e salada	Maçã assada	Leite simples ou com cevada + Nestum ou pão com manteiga
05-09-2018	Qua	Leite simples ou com cevada e pão com manteiga	Fruta + bolachas	Legumes	Bolinhos de bacalhau com arroz com repolho e feijão e salada mista	Banana	Iogurte e pão com queijo
06-09-2018	Qui	Leite simples ou com cevada e pão com fiambre	Fruta + bolachas	Legumes	Frango estufado com cenoura e esparguete e feijão verde	Gelatina	Leite simples ou com cevada + cereais ou pão com fiambre
07-09-2018	Sex	Leite simples ou com cevada e pão com manteiga	Fruta + bolachas	Legumes	Pescada no forno com arroz legumes	Kiwi	Iogurte e pão com manteiga
10-09-2018	Seg	Leite simples ou com cevada e pão com manteiga	Fruta + bolachas	Legumes	Salada de feijão frade com bolinhos de bacalhau, arroz branco e salada	Banana	Iogurte e pão com fiambre
11-09-2018	Ter	Leite simples ou com cevada e pão com queijo	Fruta + bolachas	Legumes	Massa com carne e repolho	Maçã assada	Leite simples ou com cevada + Nestum ou pão com manteiga
12-09-2018	Qua	Leite simples ou com cevada e pão com manteiga	Fruta + bolachas	Legumes	Peixe vermelho assado com batata, arroz e salada	Melão	Iogurte e pão com queijo
13-09-2018	Qui	Leite simples ou com cevada e pão com fiambre	Fruta + bolachas	Legumes	Frango grelhado com batata frita, arroz branco e salada mista	Gelatina	Leite simples ou com cevada + cereais ou pão com fiambre
14-09-2018	Sex	Leite simples ou com cevada e pão com manteiga	Fruta + bolachas	Legumes	Pescada cozida com ovo, batata e salada	Pêra	Iogurte e pão com manteiga
Observações: Ementa sujeita a alterações. Em caso de alergia ou intolerância alimentar, é favor informar os profissionais.							

A Nutricionista,
Maniana Florim



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE CINFAES



PLANO DE EMENTAS

CRECHE

Dia do Mês	Dia da Semana	Peq. Almoço	Meio da Manhã	Almoço			Lanche
				Sopa	Prato	Sobremesa	
17-09-2018	Seg	Leite simples ou com cevada e pão com manteiga	Fruta + bolachas	Legumes	Peixe vermelho de cozido com batata e feijão verde	Laranja	Iogurte e pão com fiambre
18-09-2018	Ter	Leite simples ou com cevada e pão com queijo	Fruta + bolachas	Legumes	Vitela estufada com esparguete e salada	Maça assada	Leite simples ou com cevada + Nestum ou pão com manteiga
19-09-2018	Qua	Leite simples ou com cevada e pão com manteiga	Fruta + bolachas	Legumes	Barrinhas de pescada no forno com arroz de tomate e feijão e salada	Pêra	Iogurte e pão com queijo
20-09-2018	Qui	Leite simples ou com cevada e pão com fiambre	Fruta + bolachas	Legumes	Jardineira e salada	Gelatina	Leite simples ou com cevada + cereais ou pão com fiambre
21-09-2018	Sex	Leite simples ou com cevada e pão com manteiga	Fruta + bolachas	Legumes	Rissóis de peixe com arroz de legumes	Banana	Iogurte e pão com manteiga
24-09-2018	Seg	Leite simples ou com cevada e pão com manteiga	Fruta + bolachas	Legumes	Solha grelhada com arroz de legumes	Banana	Iogurte e pão com fiambre
25-09-2018	Ter	Leite simples ou com cevada e pão com queijo	Fruta + bolachas	Legumes	Massa com carne e repolho	Maça assada	Leite simples ou com cevada + Nestum ou pão com manteiga
26-09-2018	Qua	Leite simples ou com cevada e pão com manteiga	Fruta + bolachas	Legumes	Bacalhau à Gomes Sá e salada	Kiwi	Iogurte e pão com queijo
27-09-2018	Qui	Leite simples ou com cevada e pão com fiambre	Fruta + bolachas	Legumes	Bifinhos com cogumelos, arroz branco e salada	Gelatina	Leite simples ou com cevada + cereais ou pão com fiambre
28-09-2018	Sex	Leite simples ou com cevada e pão com manteiga	Fruta + bolachas	Legumes	Pescada cozida com batata, molho verde e feijão verde	Pêra	Iogurte e pão com manteiga
Observações: Ementa sujeita a alterações. Em caso de alergia ou intolerância alimentar, é favor informar os profissionais.							

A Nutricionista,
Maniana Florim



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE CINFÃES

A Nutricionista,
Maniana Florim