



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	
04-06-2018	Seg	Leite simples ou com cevada e pão com manteiga	Fruta + bolachas	Legumes	Salada russa com pescada e brócolos	Pêra	Iogurte e pão com fiambre
05-06-2018	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
06-06-2018	Qua	Leite simples ou com cevada e pão com manteiga	Fruta + bolachas	Legumes	Solha no forno com arroz de tomate e feijão e salada	Banana	Iogurte e pão com queijo
07-06-2018	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
08-06-2018	Sex	Leite simples ou com cevada e pão com manteiga	Fruta + bolachas	Legumes	Rissóis de peixe com arroz legumes e salada	Kiwi	Iogurte e pão com manteiga
11-06-2018	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	Pêra	Iogurte e pão com fiambre
12-06-2018	Ter	Leite simples ou com cevada e pão com queijo	Fruta + bolachas	Legumes	Vitela estufada com esparguete e salada	Maçã assada	Leite simples ou com cevada + Nestum ou pão com manteiga
13-06-2018	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
14-06-2018	Qui	Leite simples ou com cevada e pão com fiambre	Fruta + bolachas	Legumes	Bifinhos com cogumelos, arroz branco salada	Gelatina	Leite simples ou com cevada + cereais ou pão com fiambre
15-06-2018	Sex	Leite simples ou com cevada e pão com manteiga	Fruta + bolachas	Legumes	Pescada cozida com batata, ovo, batata e cenoura	Banana	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



PLANO DE EMENTAS

CRECHE

Dia do Mês	Dia da Semana	Peq. Almoço	Meio da Manhã	Almoço			Lanche
				Sopa	Prato	Sobremesa	
18-06-2018	Seg	Leite simples ou com cevada e pão com manteiga	Fruta + bolachas	Legumes	Peixe vermelho cozido com batata e feijão verde	Banana	Iogurte e pão com fiambre
19-06-2018	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
20-06-2018	Qua	Leite simples ou com cevada e pão com manteiga	Fruta + bolachas	Legumes	Pataniscas de bacalhau com arroz de tomate e feijão e salada	Pêra	Iogurte e pão com queijo
21-06-2018	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
22-06-2018	Sex	Leite simples ou com cevada e pão com manteiga	Fruta + bolachas	Legumes	Pescada no forno com arroz de legumes	Laranja	Iogurte e pão com manteiga
25-06-2018	Seg	Leite simples ou com cevada e pão com manteiga	Fruta + bolachas	Legumes	Filetes de pescada com arroz de legumes	Kivi	Iogurte e pão com fiambre
26-06-2018	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
27-06-2018	Qua	Leite simples ou com cevada e pão com manteiga	Fruta + bolachas	Legumes	Bacalhau à Espanhola e salada	Tangerina	Iogurte e pão com queijo
28-06-2018	Qui	Leite simples ou com cevada e pão com fiambre	Fruta + bolachas	Legumes	Frango de churrasco com batata frita, arroz branco e salada	Gelatina	Leite simples ou com cevada + cereais ou pão com fiambre
29-06-2018	Sex	Leite simples ou com cevada e pão com manteiga	Fruta + bolachas	Legumes	Pescada estufada com puré e repolho cozido	Banana	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,
Manoela Florim