

# Ementa Semanal

## BERÇÁRIO / SALA PARQUE



**SEMANA DE: 1 a 5 abril 2024**

Merenda da Manhã (opcional)		Almoço 11h00-11h30	Lanche 14h30-15h00	Reforço da tarde 17h30-18h00
2ª Feira		<b>ENCERRADA PAUSA LETIVA PÁSCOA</b>		
3ª Feira	Fruta Passada (banana)	<p style="text-align: center;"><b>Creme de Juliana</b> (batata, cebola, curgete e juliana) com pescada</p> <p style="text-align: center;"><b>Lombinhos estufados com batata e brócolos cozidos</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Puré de Fruta (pêra)</b></p>	Papa de Aveia/ Láctea	<b>logurte Natural</b>
4ª Feira	Fruta Passada (pêra)	<p style="text-align: center;"><b>Creme de Couve-flor</b> (batata, cebola, cenoura e couve-flor) com carne</p> <p style="text-align: center;"><b>Bife novilho com esparguete</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Puré de Fruta (banana)</b></p>	logurte com fruta passada	<b>logurte Natural</b>
5ª Feira	Fruta Passada (banana)	<p style="text-align: center;"><b>Creme de Lombardo</b> (batata, cebola, curgete e lombardo) com peito frango</p> <p style="text-align: center;"><b>Frango Assado no Forno com massinha</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Puré de Fruta (pêra)</b></p>	Papa de Fruta Cozida e pão simples	<b>logurte Natural</b>
6ª Feira	Fruta Passada (pêra)	<p style="text-align: center;"><b>Creme de Legumes</b> (batata, cebola, cenoura e couve coração) com pescada</p> <p style="text-align: center;"><b>Pescada Cozida com batata e brócolos cozidos</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Puré de Fruta (banana)</b></p>	logurte com fruta passada	<b>logurte Natural</b>

**Observações:** Todos os casos de alergia/intolerância alimentar devem ser reportados à Sra. Educadora e equipa do Berçário.



NOTA: A Ementa proposta poderá ser alterada por motivos imprevistos.

Moscavide/Portela, 13 março de 2024  
A Direção Pedagógica

# Ementa Semanal

## BERÇÁRIO / SALA PARQUE



**SEMANA DE: 8 a 12 de abril 2024**

	Merenda da Manhã	Almoço 11h00-11h30	Lanche (14h30-15h00)	Reforço da tarde (17h30-18h00)
<b>2ª Feira</b>	Fruta Passada (Pêra)	<b>Creme de Alho Francês</b> (batata, cebola, cenoura e alho francês) c/ peito frango <b>Bifinhos de Frango Grelhados com arroz branco</b> <b>Puré de Fruta (Banana)</b>	Papa de logurte	<b>logurte Natural</b>
<b>3ª Feira</b>	Fruta Passada (banana)	<b>Creme de Juliana</b> (batata, cebola, curgete e juliana) com perca <b>Perca cozida com batata cozida e feijão verde</b> <b>Puré de Fruta (pêra)</b>	Papa de Aveia/ Láctea	<b>logurte Natural</b>
<b>4ª Feira</b>	Fruta Passada (pêra)	<b>Creme de Feijão Verde</b> (batata, cebola, cenoura e feijão verde) com pescada <b>Pescada assada com arroz de cenoura</b> <b>Puré de Fruta (maçã)</b>	logurte com fruta passada	<b>logurte Natural</b>
<b>5ª Feira</b>	Fruta Passada (banana)	<b>Creme de Couve-Flor</b> (batata, cebola, cenoura e Couve Flor) com peru <b>Bifinhos de peru grelhados com massa tricolor</b> <b>Puré de Fruta (pêra)</b>	Papa de Fruta Cozida e pão simples	<b>logurte Natural</b>
<b>6ª Feira</b>	Fruta Passada (pêra)	<b>Creme de Cenoura</b> (batata, cebola, curgete e Cenoura) com pescada <b>Filetes de Pescada assado com batata-doce e couve-flor</b> <b>Puré de Fruta (banana)</b>	logurte com fruta passada	<b>logurte Natural</b>

**Observações:** Todos os casos de alergia/intolerância alimentar devem ser reportados à Sra. Educadora e equipa do Berçário.



NOTA: A Ementa proposta poderá ser alterada por motivos imprevistos.

Moscavide/Portela, 13 março de 2024  
A Direção Pedagógica

# Ementa Semanal

## BERÇÁRIO / SALA PARQUE



**SEMANA DE: 15 a 19 de abril 2024**

	Merenda da Manhã	Almoço 11h00-11h30	Lanche 14h30-15h00	Reforço da tarde 17h30-18h00
<b>2ª Feira</b>	Fruta Passada (Pêra)	<b>Creme de Abóbora</b> (batata, cebola, abóbora e Abóbora) com novilho  <b>Jardineira de Novilho</b>  <b>Puré de Fruta (maçã)</b>	Papa de logurte	<b>logurte Natural</b>
<b>3ª Feira</b>	Fruta Passada (banana)	<b>Creme de Couve Coração</b> (batata, cebola, curgete e Couve coração) com pescada  <b>Pescada de cozida com batata e brócolos</b>  <b>Puré de Fruta (pêra)</b>	Papa de Aveia/ Láctea	<b>logurte Natural</b>
<b>4ª Feira</b>	Fruta Passada (pêra)	<b>Creme de Abóbora</b> (batata, cebola, alho francês e abóbora) com frango  <b>Esparguete à Bolonhesa (s/molho)</b>  <b>Puré de Fruta (banana)</b>	logurte com fruta passada	<b>logurte Natural</b>
<b>5ª Feira</b>	Fruta Passada (banana)	<b>Creme de Curgete</b> (batata, cebola, cenoura e curgete) com peru  <b>Bifes de Peru Grelhados com Arroz de cenoura</b>  <b>Puré de Fruta (maçã)</b>	Papa de Fruta Cozida e pão simples	<b>logurte Natural</b>
<b>6ª Feira</b>	Fruta Passada (pêra)	<b>Creme de Cenoura</b> (batata, cebola e cenoura e Ervilhas) com pescada  <b>Lombinhos de pescada no forno com batata-doce e couve-flor</b>  <b>Puré de Fruta (banana)</b>	logurte com fruta passada	<b>logurte Natural</b>

**Observações:** Todos os casos de alergia/intolerância alimentar devem ser reportados à Sra. Educadora e equipa do Berçário.



NOTA: A Ementa proposta poderá ser alterada por motivos imprevistos.

Moscavide/Portela, 13 março de 2024  
A Direção Pedagógica

# Ementa Semanal

## BERÇÁRIO / SALA PARQUE



**SEMANA DE: 22 a 26 de abril 2024**

	Merenda da Manhã	Almoço 11h00-11h30	Lanche 14h30-15h00	Reforço da tarde 17h30-18h00
2ª Feira	Fruta Passada (Pêra)	<b>Creme de Cenoura</b> (batata, cebola, alho francês e cenoura) com novilho <b>Hambúrguer de novilho grelhado com arroz branco</b> <b>Puré de Fruta (maçã)</b>	Papa de Iogurte	<b>Iogurte Natural</b>
3ª Feira	Fruta Passada (banana)	<b>Creme de Alface</b> (batata, cebola, curgete e alface) com maruca <b>Caldeirada de Peixe</b> <b>Puré de Fruta (pêra)</b>	Papa de Aveia/ Láctea	<b>Iogurte Natural</b>
4ª Feira	Fruta Passada (pêra)	<b>Creme de Curgete</b> (Abóbora, batata, abóbora e curgete) c/ frango <b>Peito de Frango no Forno com arroz de cenoura</b> <b>Puré de Fruta (banana)</b>	Iogurte com fruta passada	<b>Iogurte Natural</b>
5ª Feira	<b>FERIADO</b>			
6ª Feira	Fruta Passada (pêra)	<b>Creme de Lombardo</b> (batata, cebola e cenoura e lombardo) com pescada <b>Massada de Peixe simples (s/coentro e pimentos)</b> <b>Puré de Fruta (banana)</b>	Iogurte com fruta passada	<b>Iogurte Natural</b>

**Observações:** Todos os casos de alergia/intolerância alimentar devem ser reportados à Sra. Educadora e equipa do Berçário.



NOTA: A Ementa proposta poderá ser alterada por motivos imprevistos.

Moscavide/Portela, 13 março de 2024  
A Direção Pedagógica

# Ementa Semanal

## BERÇÁRIO / SALA PARQUE



**SEMANA DE: 29 de abril a 3 maio 2024**

	Merenda da Manhã	Almoço 11h00-11h30	Lanche 14h30-15h00	Reforço da tarde 17h30-18h00
<b>2ª Feira</b>	Fruta Passada (Pêra)	<b>Creme de Cenoura</b> (batata, cebola, abóbora e cenoura) com novilho <b>Esparguete à Bolonhesa simples (s/molho)</b> <b>Puré de Fruta (maçã)</b>	Papa de Iogurte	<b>Iogurte Natural</b>
<b>3ª Feira</b>	Fruta Passada (banana)	<b>Creme de Juliana com pescada</b> (batata, cebola, curgete e juliana) com pescada <b>Pescada de cozida com batata e brócolos</b> <b>Puré de Fruta (pêra)</b>	Papa de Aveia/Láctea	<b>Iogurte Natural</b>
<b>4ª Feira</b>	<b>FERIADO</b>			
<b>5ª Feira</b>	Fruta Passada (banana)	<b>Creme de Couve Coração</b> (batata, cebola, cenoura e Couve Coração) com peru <b>Arroz de Aves (peru e frango) com brócolos cozidos</b> <b>Puré de Fruta (maçã)</b>	Papa de Fruta Cozida e pão simples	<b>Iogurte Natural</b>
<b>6ª Feira</b>	Fruta Passada (pêra)	<b>Creme de Curgete</b> (batata, cebola e cenoura e curgete) com maruca <b>Caldeirada de Peixe</b> <b>Puré de Fruta (banana)</b>	Iogurte com fruta passada	<b>Iogurte Natural</b>

**Observações:** Todos os casos de alergia/intolerância alimentar devem ser reportados à Sra. Educadora e equipa do Berçário.



NOTA: A Ementa proposta poderá ser alterada por motivos imprevistos.

Moscavide/Portela, 13 março de 2024  
A Direção Pedagógica