



16 A 20 DE JUNHO DE 2025

DIA	PRATO	
2ª feira	Sopa	Creme de Couve Coração com carne
	Prato	Bolonhesa de carne de vaca com esparguete ¹ Cenoura
	Sobremesa	1 Peça de fruta da época
	Lanche	Papa: 1 logurte sólido natural ⁷ + ½ Banana + 2 Colheres de sobremesa de flocos de aveia _{a)}
3ª feira	Sopa	Creme de Cenoura com pescado ⁴
	Prato	Robalo à gomes de sá com ovo ^{3,4} Brócolos
	Sobremesa	1 Peça de fruta da época
	Lanche	Papa de cereais ^{1,7}
4ª feira	Sopa	Creme de Couve Penca com carne
	Prato	Frango assado com arroz de cenoura seco Alface + Tomate
	Sobremesa	1 Peça de fruta da época
	Lanche	Papa: 1 logurte sólido natural ⁷ + ½ Maçã + 3 Bolachas maria ^{1,6,7} _{a)}
5ª feira	Sopa	FERIADO
	Prato	
	Sobremesa	
	Lanche	
6ª feira	Sopa	FÉRIAS
	Prato	
	Sobremesa	
	Lanche	

CRECHE SALAS 1 E 2

Elaborada por: Ana Isabel Pereira | 1822N

Aprovado por: _____ Data: ___/___/___



Alterações à ementa

Data (xx/xx/xxxx)	Refeição	Constituintes	Motivo	Rúbrica