

Semana de 09 a 13 de outubro de 2017

Pré-escolar – salas: Encarnada, Laranja e Arco Iris e Centro de Recursos Educativos

Segunda-feira

SOPA: Juliana

PRATO: Douradinhos no forno com arroz de ervilhas e salada de alface*

DIETA: Maruca cozida com arroz cozido*

SOBREMESA: Fruta da época

Terça-feira

SOPA: Creme de Couve coração

PRATO: Filetes de pescada gratinados no forno com arroz de cenoura e salada mista*

DIETA: Pescada cozida com arroz cozido

SOBREMESA: Fruta da época

Quarta-feira

SOPA: Espinafres

PRATO: Bife de peru de cebolada com couscous cozido e salada mista*

DIETA: Bife de peru grelhado com couscous cozido*

SOBREMESA: Banana

Quinta-feira

SOPA: Creme de Alho-francês

PRATO: Perca estufada com batata cozida e salada de alface*

DIETA: Perca cozida com batata cozida*

SOBREMESA: Leite-creme*

Sexta-feira

SOPA: Feijão

PRATO: Frango cozido com massa espiral colorida cozida e legumes salteados (couve coração, cenoura, alho francês) *

DIETA: Frango cozido com massa e cenoura cozidas*

SOBREMESA: Fruta da época

Lanches

Segunda-feira Pão com marmelada e leite*

Terça-feira Pão com fiambre e iogurte*

Quarta-feira Pão com manteiga e leite*

Quinta-feira Pão com queijo e iogurte*

Sexta-feira Pão com manteiga e leite*

SABIA QUE...

“Alimentação variada é uma boa aliada”

Observações:

- A ementa pode sofrer alterações pontuais, e sofrer prescrições médicas.
- Os legumes/carne/pescado/accompanhamentos/sobremesas, podem ser alterados, mediante disponibilidade no mercado.
- (*) Contem Alergênicos: Cereais que contêm glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rijas, Aipo, Mostarda, Sementes de sésamo, Dióxido de enxofre e sulfitos, Tremçoço ou Moluscos. Em casos de alergia/intolerância alimentar, solicite a consulta da ficha técnica e/ou o rótulo do produto. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Semana de 09 a 13 de outubro de 2017

Creche – salas: Rosa, Amarela e Verde

Segunda-feira

SOPA: Juliana

PRATO: Douradinhos no forno com arroz de ervilhas e salada de alface*

DIETA: Maruca cozida com arroz cozido*

SOBREMESA: Fruta da época

Terça-feira

SOPA: Creme de Couve coração

PRATO: Filetes de pescada gratinados no forno com arroz de cenoura e salada mista*

DIETA: Pescada cozida com arroz cozido

SOBREMESA: Fruta da época

Quarta-feira

SOPA: Espinafres

PRATO: Bife de peru de cebolada com couscous cozido e salada mista*

DIETA: Bife de peru grelhado com couscous cozido*

SOBREMESA: Banana

Quinta-feira

SOPA: Creme de Alho-francês

PRATO: Perca estufada com batata cozida e salada de alface*

DIETA: Perca cozida com batata cozida*

SOBREMESA: Leite-creme*

Sexta-feira

SOPA: Feijão

PRATO: Frango cozido com massa espiral colorida cozida e legumes salteados (couve coração, cenoura, alho francês) *

DIETA: Frango cozido com massa e cenoura cozidas*

Lanches	Rosa	Amarela	Verde
Segunda-feira	logurte com compota*	logurte com compota*	Papa*
Terça-feira	Papa Cerelac*	Papa*	Pão com fiambre e iogurte*
Quarta-feira	Pão com manteiga e iogurte*	logurte com compota e bolacha*	Papa*
Quinta-feira	Papa Milfarim*	Papa *	Pão com queijo e iogurte*
Sexta-feira	logurte com compota e bolacha*	logurte com compota*	Pão com manteiga e leite*

SABIA QUE...

“Alimentação variada é uma boa aliada”

Observações:

- A ementa pode sofrer alterações pontuais, e sofrer prescrições médicas.
- Os legumes/carne/pescado/acompanhamentos/sobremesas, podem ser alterados, mediante disponibilidade no mercado.
- (*) Contem Alergênicos: Cereais que contêm glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rijas, Aipo, Mostarda, Sementes de sésamo, Dióxido de enxofre e sulfitos, Tremoço ou Moluscos. Em casos de alergia/intolerância alimentar, solicite a consulta da ficha técnica e/ou o rótulo do produto. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Semana de 09 a 13 de outubro de 2017

Berçário – sala: Azul

Segunda-feira

SOPA: Creme de cenoura com maruca cozida*

DIETA: Creme de cenoura com maruca cozida*

SOBREMESA: Maçã cozida

Terça-feira

SOPA: Creme de abóbora com pescada cozida*

DIETA: Creme de abóbora com pescada cozida*

SOBREMESA: Pêra e maçã cozida

Quarta-feira

SOPA: Creme de espinafre com peru cozido

DIETA: Creme de cenoura com peru cozido*

SOBREMESA: Banana

Quinta-feira

SOPA: Creme de alho francês com perca cozida*

DIETA: Creme de abóbora com perca cozida*

SOBREMESA: Pêra cozida

Sexta-feira

SOPA: Creme de alface com frango cozido

DIETA: Creme de cenoura com frango cozido

SOBREMESA: Banana

Lanches

Os Lanches nesta idade são de acordo com os critérios definidos pelos pediatras e pais.

SABIA QUE...

“Os bons hábitos alimentares devem ser ensinados e encorajados regularmente”

Observações:

- Entre os 4 ½ meses e os 6, a refeição é composta por sopa de legumes; confeccionada com batata, cenoura e legumes, especificados pelos pediatras e/ou pais e; fruta.
- Entre os 11 e 12 meses será introduzido o prato composto por carne ou peixe acompanhado por batata e cenoura esmagada, ou arroz/massa com cenoura esmagada.
- Os lanches nesta idade são de acordo com os critérios definidos pelos pediatras e pais. A introdução de alimentos novos, é feita gradualmente, de acordo com a aceitação/tolerância.
- O lanche da tarde é dividido em dois lanches.
- A ementa pode sofrer alterações pontuais, e sofrer prescrições médicas.
- (*)- **Contém Alergénios:** Cereais que contêm glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de casca rijã, Aipo, Mostarda, Sementes de sésamo, Dióxido de enxofre e sulfitos, Tremoço ou Moluscos. Caso sofra de alergia/intolerância alimentar, consulte reguladores ou solicite consulta da ficha técnica/rótulo do produto. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.