**Ementa CRECHE do Jardim-de-infância “O Pica-Pau” Centro Paroquial de Bem-Estar Social de Arrentela**

****

 **Semana 1 Semana 2 Semana 3 Semana 4 Semana 5 Semana 6**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **2ª Feira** | Creme de Brócolos***Salada de peixe com*** *(batata, Legumes e pescada)* | Sopa de espinafres***Perú estufado com arroz e salada*** *(alface)* | Sopa de Nabiça**Arroz de peixe** (pescada) **com salada (**alface / cenoura**)**  | **Creme de Ervilhas*****Esparguete Bolonhesa ( carne de porco e vaca picada) e salada(alface)*** | Sopa de Legumes***Peixe*** *(pescada)* ***no forno com Batata e salada*** *(alface)* | Sopa de Juliana ***Empadão de Carne*** *(c/puré de Batata)* *salada de alface c/ cenoura* |
| **3ªFeira** | Canja***Frango assado com arroz branco e salada (alface)*** | Sopa de Abóbora **Massa de peixe**(pescada) **com salada**(alface) | Sopa de ervilhas***Perú estufado c/ batata estufada*** | Sopa de Grão espinafres***Peixe Grelhado*** (*espadarte/perca/ peixe espada)* ***com batata e cenoura***  | Sopa de Nabiça***Arroz à valenciana*** *(Arroz* ***carne de aves e ervinhas)*** | Peixe Frito SequinhoSopa de Agrião***http://www.wiffens.com/wp-content/uploads/desiree_potato.pngPeixe Frito*** *(pescada)* ***com arroz de Feijão*** ***com salada (*** *alface e Tomate)*  |
| **C:\Users\Qualidade\Desktop\SONIACRUZ\SGQ_MAIO_2014\ementa_2014\imagem_ementa_14\alho_frances_tn.jpg4ªFeira** | Sopa de Espinafres**Medalhões**(pescada) **com batata no forno e salada** (alface) | Sopa de alho Francês**Jardineira** (batata, Legumes e cenoura c/frango ou perú**)** | Sopa de Feijão Verde***Massa de peixe****(cotovelinhos e pescada)* | Sopa Alho Francês***Bifinhos estufados (de peru ou frango)C/arroz de ervilhas e salada(alface)*** | Sopa de Feijão verde***Salada de Peixe (****pescada, ovo, legumes, batata****)***  | Sopa de curgette***Rancho*** *(grão c/ carne de frango ou peru desfiado* ***)*** |
| **5ªFeira** | Sopa de cenoura**Hambúrguer grelhado** (porco e vitela)**com esparguete e salada(**alface**)** | Sopa de Juliana**Empadão de arroz com peixe**(pescada) **e salada** (alface c/cenoura) | Sopa de Caldo verde***Feijoada c/carne de frango ou perú desfiada,e lombardo) e arroz***  | Sopa Feijao verde***Salada de peixe* (*batata, cenoura e pescada, ovo)*** | Sopa de Espinafres***Strogonoff de Peru c/massa (****espiral tricolor)* ***e salada*** *(Alface****)*** | Sopa de Caldo verde***Batata cozida c/legumes e pescada cozida)*** |
| **6ªFeira** | Sopa de feijão verde**Filetes no forno com arroz de feijão e salada** (alface) | Sopa de Agrião **Carne de porco estufada com massa** (Cotovelinhos) | Sopa alho francês***Salada de peixe*** *(com pescada, ovo, legumes, batata)* | Sopa de Agrião***Empadão de Arroz c/Aves e salada* (alface)** | Sopa Lombardo***Douradinhos c/arroz de ervilhas*** | C:\Users\Qualidade\Desktop\SONIACRUZ\SGQ_MAIO_2014\ementa_2014\imagem_ementa_14\vermelha1.jpg Sopa cenoura***Carbonara com frango (s/fiambre e cogumelos) e salada****(alface)* |

**NOTAS:**

* Diariamente , durante período da manhã, é servida fruta da época acompanhada com pão. Durante o período da tarde, é servido lanche constituído por pão guarnecido COM margarina vegetal, queijo ou Marmelada, e acompanhamento (leite ou iogurte), PAPAS de Aveia OU cerelac.
* Numa situação em que a criança tenha algum problema de saúde que não possa fazer a refeição indicada, o/a encarregado/a de educação deve informar a/o educadora/o e será confecionada uma dieta adaptada ao seu estado de saúde.
* caso a criança que tenham de cumprir restrições alimentares, o/a encarregado/a de educação deverá trazer declaração médica com a indicação da mesma.
* Os nossos serviços de produção alimentar trabalham diariamente para servir uma alimentação de qualidade, mediante as normas de segurança alimentar em vigor.
* Esta ementa poderá sofrer alterações pontuais.