Ementa 3 | Berçário e Creche | Almoço e Merendas

			2ª FEIRA	
09h00	D Puré de pera cozida com farinha de arroz			
11h30	Sopa	4-5 meses	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite	
		6-8 meses	Creme de alface, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com peru	
		9-12 meses	Creme de alface, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com abrótea 🐟	
	Prato	>9 meses	Açorda de abrótea e cenoura ⁽²⁾ 纋 🐟	
			3ª FEIRA	
09h00	h00 Puré de maçã com pão de mistura ⁽¹⁾ 終			
11h30	Sopa	4-5 meses	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite	
		6-12 meses	Creme de couve-flor, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com frango	
	Prato	>9 meses	Farinha de pau, cenoura e alho e frango desfiado ⁽²⁾	
			4ª FEIRA	
09h00	Puré de maçã e abóbora cozida			
11h30	Sopa	4-5 meses	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite	
		6-12 meses	Creme de feijão verde, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com coelho	
	Prato	>9 meses	Puré de batata e cenoura e coelho desfiado ⁽²⁾	
			5ª FEIRA	
09h00	Puré de pera com pão de mistura ⁽¹⁾ 🏉			
11h30	Sopa	4-5 meses	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite	
		6-8 meses	Creme de curgete, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com vitela	
		9-12 meses	Creme de curgete, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com pescada 📀	
	Prato	>9M	Arroz malandro com cenoura e pescada desfiada ⁽²⁾ 📀	
			6ª FEIRA	
09h00	Puré de	banana com p	ão de mistura ⁽¹⁾ 🏀	
11h30	Sopa	4-5 meses	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite	
		6-12 meses	Creme de repolho, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com peru	
	Prato	>9 meses	Massa estufada ao natural com repolho e peru desfiado ⁽²⁾ 🏈 🖰	

Nota: A ementa está sujeita a eventuais alterações.

Legenda:





























Observações:

A sopa é confecionada sem adição de sal e o azeite adicionado em cru.

Os bebés que apresentam necessidades alimentares especiais, mediante prescrição médica, terão a refeição correspondente a cada caso.

- Aos bebés que ainda não introduziram a fruta crua, será fornecida fruta cozida com farinha de arroz ou farinha de milho.
- Aos bebés que ainda não fazem uma refeição completa, será fornecida a sopa com a componente proteica e o prato sem a componente proteica.

O início da diversificação alimentar deve ser feito idealmente pela família. É um momento importante para o bebé e para toda a família.

Elaboração

Joana Maria Martins



Supervisão
Ana Araújo
Ana Junio 0063N
(Nutricionista C.P. 0853N)

Ementa 4 | Berçário e Creche | Almoço e Merendas

2ª FEIRA Puré de maçã com pão de mistura⁽¹⁾ 09h00 11h30 4-5M Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite Sopa 6-12M Creme de alface, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com coelho Prato >9M Massa estufada ao natural com cenoura e coelho desfiado⁽²⁾ 🌇 😷 3ª FEIRA Puré de pera cozida com farinha de arroz 09h00 11h30 Sopa 4-5M Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite 6-8M Creme de feijão-verde, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com peru 9-12M Creme de feijão-verde, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com pescada 🚳 >9M Açorda de pescada e feijão verde(2) 🏀 🐟 Prato 4ª FEIRA Puré de banana com pão de mistura⁽¹⁾ 09h00 11h30 4-5M Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite Creme de couve penca, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com frango 6-12M Prato >9M Farinha de pau com cenoura, alho e frango desfiado⁽²⁾ 5° FEIRA 09h00 Puré de maçã com farinha de milho 11h30 4-5M Sopa Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite 6-8M Creme de curgete, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com vitela 9-12M Creme de curgete, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com abrótea 🐟 Prato >9M Arroz malandro com cenoura e abrótea desfiada⁽²⁾ 6ª FEIRA 09h00 Puré de pera com pão de mistura⁽¹⁾ 11h30 4-5M Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite Sopa Creme de repolho, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com peru 6-12M

Nota: A ementa está sujeita a eventuais alterações.

>9M

Legenda:





Prato













Puré de batata com repolho e peru desfiado⁽²⁾

















Observações:

A sopa é confecionada sem adição de sal e o azeite adicionado em cru.

Os bebés que apresentam necessidades alimentares especiais, mediante prescrição médica, terão a refeição correspondente a cada caso.

- Aos bebés que ainda não introduziram a fruta crua, será fornecida fruta cozida com farinha de arroz ou farinha de milho.
- Aos bebés que ainda não fazem uma refeição completa, será fornecida a sopa com a componente proteica e o prato sem a componente proteica.

O início da diversificação alimentar deve ser feito idealmente pela família. É um momento importante para o bebé e para toda a família.

Elaboração

Joana Maria Martins



Supervisão Ana Araújo (Nutricionista C.P. 0853N)

Ementa 5 | Berçário e Creche | Almoço e Merendas

			2ª FEIRA	
09h00	Puré de l	Puré de banana com pão de mistura ⁽¹⁾ 🌮		
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite	
		6-12M	Creme de alface, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com coelho	
	Prato	>9M	Massa estufada ao natural com repolho e coelho desfiado ⁽²⁾ 修 📀 📀	
			3ª FEIRA	
09h00	Puré de p	oera cozid	a com farinha de arroz	
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite	
		6-8M	Creme de repolho, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com vitela	
		9-12M	Creme de repolho, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com abrótea 📀	
	Prato	>9M	Açorda de abrótea com repolho 🏈 📀	
			4ª FEIRA	
09h00	Puré de r	maçã com	pão de mistura ⁽¹⁾	
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite	
		6-12M	Creme de couve flor, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com frango	
	Prato	>9M	Batata triturada com couve flor e frango desfiado ⁽²⁾	
			5ª FEIRA	
09h00	Puré de pera com pão de mistura ⁽¹⁾ 🌮			
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite	
		6-8M	Creme de alface, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com peru	
	Prato	>9M	Arroz malandro com cenoura e peru desfiado ⁽²⁾	
			6ª FEIRA	
09h00	Puré de r	maçã cozio	da com farinha de milho	
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite	
		6-8M	Creme de feijão verde, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com frango	
		9-12M	Creme de feijão verde, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com pescada 📀	
	Prato	>9M	Farinha de pau com cenoura, alho e pescada desfiada ⁽²⁾ 📀	

Nota: A ementa está sujeita a eventuais alterações.

Legenda:

































Observações:

A sopa é confecionada sem adição de sal e o azeite adicionado em cru.

Os bebés que apresentam necessidades alimentares especiais, mediante prescrição médica, terão a refeição correspondente a cada caso.

- Aos bebés que ainda não introduziram a fruta crua, será fornecida fruta cozida com farinha de arroz ou farinha de milho.
- Aos bebés que ainda não fazem uma refeição completa, será fornecida a sopa com a componente proteica e o prato sem a componente proteica.

O início da diversificação alimentar deve ser feito idealmente pela família. É um momento importante para o bebé e para toda a família.

Elaboração

Joana Maria Martins





Ementa 6 | Berçário e Creche | Almoço e Merendas

			2ª FEIRA
09h00	Puré de banana com pão de mistura ⁽¹⁾ 修		
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite
		6-12M	Creme de repolho, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com peru
	Prato	>9M	Massa cozida com repolho e peru desfiado ⁽²⁾ 修 🕓
			3ª FEIRA
09h00	Puré de	pera com	pão de mistura ⁽¹⁾ 🏀
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite
		6-8M	Creme de feijão verde, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com frango
		9-12M	Creme de feijão verde, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com pescada 🐟
	Prato	>9M	Farinha de pau com cenoura, alho e pescada desfiada ⁽²⁾ 🐟
			4ª FEIRA
09h00	Puré de	maçã cozio	da com farinha de milho
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite
		6-12M	Creme de curgete, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com vitela
	Prato	>9M	Massa estufada ao natural com cenoura e vitela desfiada ⁽²⁾ 🥬 🖒
			5° FEIRA
09h00	Puré de pera com pão de mistura ⁽¹⁾ 纋		
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite
		6-8M	Creme de alface, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com frango
		9-12M	Creme de alface, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com abrótea 📀
	Prato	>9M	Arroz malandro com cenoura e abrótea ⁽²⁾ 🏈 🚭
			6ª FEIRA
09h00	Puré de	maçã cozio	da com farinha de arroz
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite
		(40) :	

6-12M Creme de couve flor, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com coelho

>9M Batata e abóbora estufada aos cubos e coelho desfiado⁽²⁾ Prato

Nota: A ementa está sujeita a eventuais alterações.

Legenda:































Observações:

A sopa é confecionada sem adição de sal e o azeite adicionado em cru.

Os bebés que apresentam necessidades alimentares especiais, mediante prescrição médica, terão a refeição correspondente a cada caso.

- Aos bebés que ainda não introduziram a fruta crua, será fornecida fruta cozida com farinha de arroz ou farinha de milho.
- Aos bebés que ainda não fazem uma refeição completa, será fornecida a sopa com a componente proteica e o prato sem a componente proteica.

O início da diversificação alimentar deve ser feito idealmente pela família. É um momento importante para o bebé e para toda a família.

Elaboração

Toana Machins



Supervisão Ana Araújo

(Nutricionista C.P. 0853N)

Joana Maria Martins

Ementa 7 | Berçário e Creche | Almoço e Merendas

			2ª FEIRA			
09h00	Puré de pera cozida com farinha de arroz					
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite			
		6-8M	Creme de couve flor, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com peru			
		9-12M	Creme de couve flor, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com pescada 🐟			
	Prato	>9M	Massa estufada ao natural com couve flor e pescada desfiada ⁽²⁾ 🍪 😂 👁			
			3ª FEIRA			
09h00	Puré de r	maçã com	pão de mistura ⁽¹⁾ 🌮			
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite			
		6-12M	Creme de curgete, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com frango			
	Prato	>9M	Arroz fresco com cenoura e frango desfiada ⁽²⁾			
			4ª FEIRA			
09h00	Puré de maçã e abóbora cozida					
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite			
		6-8M	Creme de repolho, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com peru			
		9-12M	Creme de repolho, cenoura, cebola batata e azeite com abrótea 📀			
	Prato	>9M	Açorda de abrótea e repolho ⁽²⁾ 🏈 📀			
	5° FEIRA					
09h00	Puré de pera com pão de mistura ⁽¹⁾					
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite			
		6-8M	Creme de feijão verde, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com vitela			
	Prato	>9M	Puré de batata com feijão verde e vitela desfiada ⁽²⁾			
			6° FEIRA			
09h00	Puré de l	oanana co	om pão de mistura ⁽¹⁾ 纋			
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite			
		6-12M	Creme de alface, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com peru			

Nota: A ementa está sujeita a eventuais alterações.

>9M

Legenda:





Prato













Farinha de pau com cenoura, alho e frango desfiado⁽²⁾















Observações:

A sopa é confecionada sem adição de sal e o azeite adicionado em cru.

Os bebés que apresentam necessidades alimentares especiais, mediante prescrição médica, terão a refeição correspondente a cada caso.

- Aos bebés que ainda não introduziram a fruta crua, será fornecida fruta cozida com farinha de arroz ou farinha de milho.
- Aos bebés que ainda não fazem uma refeição completa, será fornecida a sopa com a componente proteica e o prato sem a componente proteica.

O início da diversificação alimentar deve ser feito idealmente pela família. É um momento importante para o bebé e para toda a família.

Elaboração

Joana Maria Martins

loana Makhns (Estagiária em Ciencias da Nutrição)





(Nutricionista C.P. 0853N)

Ementa 8 | Berçário e Creche | Almoço e Merendas

		2ª FEIRA
Puré de pera com pão de mistura ⁽¹⁾ 🏈		
Sopa	4-5 meses	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite
·	6-12 meses	Creme de feijão verde, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com frango
Prato	>9meses	Arroz malandro com cenoura e frango desfiado ⁽²⁾
		3ª FEIRA
Puré de	maçã cozida c	com farinha de milho
Sopa	4-5 meses	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite
	6-8 meses	Creme de curgete, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com peru
	9-12 meses	Creme de curgete, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com pescada 📀
Prato	>9 meses	Açorda de pescada e cenoura ⁽²⁾ 🏈 🐟
		4ª FEIRA
Puré de banana com pão de mistura 🥠		
Sopa	4-5 meses	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite
	6-12 meses	Creme de alface, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com frango
Prato	>9 meses	Massa estufada ao natural com repolho e frango desfiado ⁽²⁾ 🏈 鏠
		5ª FEIRA
Puré de maçã com pão de mistura ⁽¹⁾ 🌮		
Sopa	4-5 meses	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite
	6-8 meses	Creme de repolho, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com frango
	9-12 meses	Creme de repolho, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com abrótea 📀
Prato	>9 meses	Farinha de pau com cenoura, alho e abrótea desfiada ⁽²⁾ 🚱
		6ª FEIRA
Puré de	pera cozida c	om farinha de arroz
Sopa	4-5 meses	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite
эора		
Зора	6-12 meses	Creme de couve flor, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com peru
	Prato Puré de Sopa Prato Puré de Sopa Prato Puré de Sopa Prato Puré de Sopa Prato	Sopa 4-5 meses 6-12 meses Prato >9meses Puré de maçã cozida de Sopa 4-5 meses 9-12 meses Prato >9 meses Puré de banana com pases Sopa 4-5 meses 6-12 meses Prato >9 meses Puré de maçã com pases Puré de maçã com pases Prato >9 meses Puré de maçã com pases Prato >9 meses Puré de pera cozida com pases Prato >9 meses

Nota: A ementa está sujeita a eventuais alterações.

Legenda:































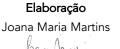
Observações:

A sopa é confecionada sem adição de sal e o azeite adicionado em cru.

Os bebés que apresentam necessidades alimentares especiais, mediante prescrição médica, terão a refeição correspondente a cada caso.

- Aos bebés que ainda não introduziram a fruta crua, será fornecida fruta cozida com farinha de arroz ou farinha de milho.
- Aos bebés que ainda não fazem uma refeição completa, será fornecida a sopa com a componente proteica e o prato sem a componente proteica.

O início da diversificação alimentar deve ser feito idealmente pela família. É um momento importante para o bebé e para toda a família.







Ementa 1 | Berçário e Creche | Almoço e Merendas

			2ª FEIRA			
09h00	Puré de maçã com pão de mistura ⁽¹⁾ 🥠					
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite			
		6-12M	Creme de curgete, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com coelho			
	Prato	>9M	Arroz malandro com cenoura e coelho desfiado ⁽²⁾			
			3ª FEIRA			
09h00	Puré de l	banana co	om pão de mistura ⁽¹⁾			
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite			
		6-8M	Creme de feijão verde, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com vitela			
		9-12M	Creme de feijão verde, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com pescada 📀			
	Prato	>9M	Massa estufada ao natural com feijão verde e pescada desfiada ⁽²⁾ 🏈 🗘 🚭			
			4ª FEIRA			
09h00	Puré de _l	pera cozid	la com farinha de arroz			
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite			
		6-12M	Creme de alface, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com frango			
	Prato	>9M	Farinha de pau com cenoura, alho e frango desfiado ⁽²⁾			
	5ª FEIRA					
09h00	Puré de 1	maçã cozio	da com farinha de milho			
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite			
		6-8M	Creme de repolho, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com peru			
		9-12M	Creme de repolho, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com abrótea 📀			
	Prato	>9M	Açorda com repolho e abrótea desfiada ⁽²⁾ 🏀 👁			
			6ª FEIRA			
09h00	Puré de _l	pera com	pão de mistura ^{(1).} 🌮			
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite			

6-12M Creme de couve flor, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com vitela

>9M Batata e cenoura estufada aos cubos e vitela desfiada⁽²⁾ Prato

Nota: A ementa está sujeita a eventuais alterações.

Legenda:



































Observações:

A sopa é confecionada sem adição de sal e o azeite adicionado em cru.

Os bebés que apresentam necessidades alimentares especiais, mediante prescrição médica, terão a refeição correspondente a cada caso.

- Aos bebés que ainda não introduziram a fruta crua, será fornecida fruta cozida com farinha de arroz ou farinha de milho.
- Aos bebés que ainda não fazem uma refeição completa, será fornecida a sopa com a componente proteica e o prato sem a componente proteica.

O início da diversificação alimentar deve ser feito idealmente pela família. É um momento importante para o bebé e para toda a família.

Elaboração

Joana Maria Martins





(Nutricionista C.P. 0853N)

Ementa 2 | Berçário e Creche | Almoço e Merendas

			2ª FEIRA
09h00	Puré de pera cozida com farinha de milho		
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite
		6-12M	Creme de curgete, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com frango
	Prato	>9M	Massa estufada ao natural com cenoura e frango desfiado ⁽²⁾ 🕖 🕒
			3ª FEIRA
09h00	Puré de l	banana co	m pão de mistura ⁽¹⁾ 🏉
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite
		6-8M	Creme de couve-flor, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com coelho
		9-12M	Creme de couve-flor, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com abrótea 📀
	Prato	>9M	Puré de batata com couve-flor e abrótea desfiada ⁽²⁾ 📀
			4ª FEIRA
09h00	Puré de r	maçã cozio	da com farinha de arroz
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite
	•	6-12M	Creme de alface, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com peru
	Prato	>9M	Arroz malandro com cenoura e peru desfiado ⁽²⁾
			5ª FEIRA
09h00	Puré de pera com pão de mistura ⁽¹⁾		
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite
		6-8M	Creme de repolho, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com vitela
		9-12M	Creme de repolho, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com pescada 📀
	Prato	>9M	Açorda de pescada e repolho ⁽²⁾ 🏀 🚭
			6ª FEIRA
09h00	Puré de r	maçã com	pão de mistura ⁽¹⁾ 🌮
11h30	Sopa	4-5M	Creme de cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite
		6-12M	Creme de feijão verde, cenoura, abóbora, cebola, batata e azeite com peru
	Prato	>9M	Farinha de pau com feijão verde, alho e peru desfiado ⁽²⁾

Nota: A ementa está sujeita a eventuais alterações.

Legenda:

































Observações:

A sopa é confecionada sem adição de sal e o azeite adicionado em cru.

Os bebés que apresentam necessidades alimentares especiais, mediante prescrição médica, terão a refeição correspondente a cada caso.

- (1) Aos bebés que ainda não introduziram a fruta crua, será fornecida fruta cozida com farinha de arroz ou farinha de milho.
- Aos bebés que ainda não fazem uma refeição completa, será fornecida a sopa com a componente proteica e o prato sem a componente proteica.

O início da diversificação alimentar deve ser feito idealmente pela família. É um momento importante para o bebé e para toda a família.

Elaboração

Joana Maria Martins



