



casba

EMENTA

SEMANA DE 31 DE MARÇO A 4 DE ABRIL

2ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de agrião (com ou sem peru) Puré de pera cozida	Lanche	logurte natural + Fruta (7)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de agrião (com peru) Peru com arroz e couve-coração Laranja	Lanche	logurte natural + Fruta + Flocos de aveia (7)
3ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de cenoura e alface (com ou sem pescada) (4) Banana	Lanche	Papa láctea (com ou sem glúten) (1)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de cenoura e alface (com salmão) (4) Salmão com batata e brócolos (4) Banana	Lanche	Papa láctea (1,7)
4ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de couve-lombarda (com ou sem borrego) Puré de maçã crua	Lanche	logurte natural + Fruta (7)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de couve-lombarda (com borrego) Borrego com massa e feijão-verde (1) Maçã laminada	Lanche	logurte natural + Fruta + Pão (1,7)
5ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de brócolos (com ou sem pescada) (4) Puré de pera crua	Lanche	Papa láctea (com ou sem glúten) (1)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de brócolos (com pescada) (4) Pescada com arroz e couve-flor (4) Pera laminada	Lanche	Papa láctea (1,7)
6ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de alho-francês (com ou sem frango) Puré de maçã cozida	Lanche	logurte natural + Fruta (7)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de alho-francês (com frango) Frango com massa e abóbora (1) Tangerina	Lanche	logurte natural + Fruta + Flocos de aveia (7)

Notas:

A ementa está sujeita a alterações por razões operacionais.

O prato é apenas para crianças que já tenham introduzido sólidos na sua dieta. Diariamente, está disponível uma sopa com batata, cenoura, cebola e um fio de azeite. O iogurte natural não tem adição de açúcar até aos 2 anos (inclusive).

Alergénios: 1 – glúten; 2 – crustáceos; 3 – ovo; 4 – peixe; 5 – amendoim; 6 – soja; 7 – leite; 8 – frutos de casca rija; 9 – aipo; 10 – mostarda; 11 – sésamo; 12 – sulfitos; 13 – tremçoço; 14 – moluscos.

Elaborado pela nutricionista Patrícia Abreu (2017N).



casba

EMENTA

SEMANA DE 7 DE ABRIL A 11 DE ABRIL

2ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de feijão-verde (com ou sem pescada) (4) Puré de maçã crua	Lanche	Papa láctea (com ou sem glúten) (1)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de feijão-verde (com pescada) (4) Pescada com arroz e cenoura (4) Maçã laminada	Lanche	Papa láctea (1,7)
3ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de curgete e alho-francês (com ou sem vitela) Puré de pera cozida	Lanche	logurte natural + Fruta (7)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de curgete e alho-francês (com vitela) Vitela com massa e couve-coração (1) Tangerina	Lanche	logurte natural + Fruta + Flocos de aveia (7)
4ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de alface (com ou sem pescada) (4) Banana	Lanche	Papa láctea (com ou sem glúten) (1)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de alface (com perca) (4) Perca com arroz e brócolos (4) Banana	Lanche	Papa láctea (1,7)
5ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de couve-flor (com ou sem peru) Puré de maçã cozida	Lanche	logurte natural + Fruta (7)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de couve-flor (com peru) Jardineira de peru Laranja	Lanche	logurte natural + Fruta + Pão (1,7)
6ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de batata-doce e chuchu (com ou sem pescada) (4) Puré de pera crua	Lanche	Papa láctea (com ou sem glúten) (1)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de batata-doce e chuchu (com tamboril) (4) Tamboril com massa e feijão-verde (1,4) Pera laminada	Lanche	Papa láctea (1,7)

Notas:

A ementa está sujeita a alterações por razões operacionais.

O prato é apenas para crianças que já tenham introduzido sólidos na sua dieta. Diariamente, está disponível uma sopa com batata, cenoura, cebola e um fio de azeite. O iogurte natural não tem adição de açúcar até aos 2 anos (inclusive).

Alergénios: 1 – glúten; 2 – crustáceos; 3 – ovo; 4 – peixe; 5 – amendoim; 6 – soja; 7 – leite; 8 – frutos de casca rija; 9 – aipo; 10 – mostarda; 11 – sésamo; 12 – sulfitos; 13 – tremçoço; 14 – moluscos.

Elaborado pela nutricionista Patrícia Abreu (2017N).



casba

EMENTA

SEMANA DE 14 DE ABRIL A 18 DE ABRIL

2ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de brócolos (com ou sem borrego) Puré de maçã cozida	Lanche	logurte natural + Fruta (7)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de brócolos (com borrego) Borrego com massa e couve-flor (1) Laranja	Lanche	logurte natural + Fruta + Flocos de aveia (7)
3ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de agrião (com ou sem pescada) (4) Puré de pera crua	Lanche	Papa láctea (com ou sem glúten) (1)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de agrião (com salmão) (4) Salmão com batata e cenoura (4) Pera laminada	Lanche	Papa láctea (1,7)
4ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de alho-francês (com ou sem peru) Puré de maçã crua	Lanche	logurte natural + Fruta (7)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de alho-francês (com peru) Peru com arroz e feijão-verde Maçã laminada	Lanche	logurte natural + Fruta + Pão (1,7)
5ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de abóbora e alface (com ou sem pescada) (4) Banana	Lanche	Papa láctea (com ou sem glúten) (1)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de abóbora e alface (com pescada) (4) Pescada com batata e brócolos (4) Banana	Lanche	Papa láctea (1,7)
6ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	SEXTA-FEIRA SANTA		
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa			

Notas:

A ementa está sujeita a alterações por razões operacionais.

O prato é apenas para crianças que já tenham introduzido sólidos na sua dieta. Diariamente, está disponível uma sopa com batata, cenoura, cebola e um fio de azeite. O iogurte natural não tem adição de açúcar até aos 2 anos (inclusive).

Alergénios: 1 – glúten; 2 – crustáceos; 3 – ovo; 4 – peixe; 5 – amendoim; 6 – soja; 7 – leite; 8 – frutos de casca rija; 9 – aipo; 10 – mostarda; 11 – sésamo; 12 – sulfitos; 13 – tremçoço; 14 – moluscos.

Elaborado pela nutricionista Patrícia Abreu (2017N).



casba

EMENTA

SEMANA DE 21 DE ABRIL A 25 DE ABRIL

2ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de alface (com ou sem pescada) (4) Puré de maçã crua	Lanche	Papa láctea (com ou sem glúten) (1)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de alface (com pescada) (4) Pescada com arroz e couve-coração (4) Maçã laminada	Lanche	Papa láctea (1,7)
3ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de batata-doce e chuchu (com ou sem vitela) Puré de pera cozida	Lanche	logurte natural + Fruta (7)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de batata-doce e chuchu (com vitela) Vitela com massa e brócolos (1) Tangerina	Lanche	logurte natural + Fruta + Flocos de aveia (7)
4ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de feijão-verde (com ou sem pescada) (4) Banana	Lanche	Papa láctea (com ou sem glúten) (1)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de feijão-verde (com perca) (4) Perca com batata e abóbora (4) Banana	Lanche	Papa láctea (1,7)
5ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de curgete e alho-francês (com ou sem frango) Puré de pera crua	Lanche	logurte natural + Fruta (7)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de curgete e alho-francês (com frango) Frango com arroz e couve-flor Laranja	Lanche	logurte natural + Fruta + Pão (1,7)
6ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	DIA DA LIBERDADE		
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa			

Notas:

A ementa está sujeita a alterações por razões operacionais.

O prato é apenas para crianças que já tenham introduzido sólidos na sua dieta. Diariamente, está disponível uma sopa com batata, cenoura, cebola e um fio de azeite. O iogurte natural não tem adição de açúcar até aos 2 anos (inclusive).

Alergénios: 1 – glúten; 2 – crustáceos; 3 – ovo; 4 – peixe; 5 – amendoim; 6 – soja; 7 – leite; 8 – frutos de casca rija; 9 – aipo; 10 – mostarda; 11 – sésamo; 12 – sulfites; 13 – tremçoço; 14 – moluscos.

Elaborado pela nutricionista Patrícia Abreu (2017N).



casba

EMENTA

SEMANA DE 28 DE ABRIL A 2 DE MAIO

2ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de alho-francês (com ou sem frango) Banana	Lanche	logurte natural + Fruta (7)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de alho-francês (com frango) Frango com massa e couve-coração (1) Banana	Lanche	logurte natural + Fruta + Flocos de aveia (7)
3ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de brócolos (com ou sem pescada) (4) Puré de maçã crua	Lanche	Papa láctea (com ou sem glúten) (1)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de brócolos (com pescada) (4) Pescada com arroz e cenoura (4) Maçã laminada	Lanche	Papa láctea (1,7)
4ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de agrião (com ou sem borrego) Puré de pera cozida	Lanche	logurte natural + Fruta (7)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de agrião (com borrego) Borrego com massa e couve-flor (1) Laranja	Lanche	logurte natural + Fruta + Pão (1,7)
5ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	<h1>DIA DO TRABALHADOR</h1>		
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa			
6ª FEIRA	BERÇÁRIO	Sopa Sobremesa	Creme de cenoura e alface (com ou sem pescada) (4) Puré de maçã cozida	Lanche	logurte natural + Fruta (7)
	1 ANO	Sopa Prato Sobremesa	Creme de cenoura e alface (com tamboril) (4) Tamboril com batata e feijão-verde (4) Tangerina	Lanche	logurte natural + Fruta + Flocos de aveia (7)

Notas:

A ementa está sujeita a alterações por razões operacionais.

O prato é apenas para crianças que já tenham introduzido sólidos na sua dieta. Diariamente, está disponível uma sopa com batata, cenoura, cebola e um fio de azeite. O iogurte natural não tem adição de açúcar até aos 2 anos (inclusive).

Alergénios: 1 – glúten; 2 – crustáceos; 3 – ovo; 4 – peixe; 5 – amendoim; 6 – soja; 7 – leite; 8 – frutos de casca rija; 9 – aipo; 10 – mostarda; 11 – sésamo; 12 – sulfitos; 13 – tremçoço; 14 – moluscos.

Elaborado pela nutricionista Patrícia Abreu (2017N).