ementa

UNISELF

BERÇÁRIO

SEMANA 1

DIA	PRATO	EMENTA
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + bolacha (tipo maria)
2ª feira	SOPA	Puré de curgete e Feijão-verde com Coelho
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + pão
3ª feira	SOPA	Puré de Couve-flor e Bróculos com Peru/Pescada*
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + bolacha (tipo maria)
4ª feira	SOPA	Puré de Batata-doce e Alho-francês com Borrego
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + pão
5ª feira	SOPA	Puré de Cenoura e Alface com Frango/Vermelhão*
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + bolacha (tipo maria)
6ª feira	SOPA	Puré de Abóbora e Feijão-verde com Peru
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea ou Papa de Aveia

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos * Peixe ou carne segundo as intruduções alimentares do bebé.
De acordo com o Regulamento (UE) nº1169/2011 existem 14 alergénos que podem estar presentes nos alimentos que consumimos.

Ovos, Crustáceos, Peixe, Sésamo, Dióxido de enxofre e sulfitos, Cereais que contêm glúten, Mostarda
Leite, Moluscos, Amendoins, Soja, Frutos de Casca Rija, Aipo, Tremoços

ementa

UNISELF

BERÇÁRIO

SEMANA 2

DIA	PRATO	EMENTA
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + bolacha (tipo maria)
2ª feira	SOPA	Puré de Alface e Cenoura e Frango/Fogonero*
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + pão
3ª feira	SOPA	Puré de Abóbora com Feijão-verde e Coelho
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + bolacha (tipo maria)
4ª feira	SOPA	Puré de Cenoura com Couve-flor e Frango/Abrótea*
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + pão
5ª feira	SOPA	Puré de Courgetes com Alho-francês com Borrego
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + bolacha (tipo maria)
6ª feira	SOPA	Puré de Pimpinela com Bróculos e Peru/Perca*
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea ou Papa de Aveia

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos * Peixe ou carne segundo as intruduções alimentares do bebé.
De acordo com o Regulamento (UE) nº1169/2011 existem 14 alergénos que podem estar presentes nos alimentos que consumimos.

Ovos · Crustáceos · Peixe · Sésamo · Dióxido de enxofre e sulfitos · Cereais que contêm glúten · Mostarda
Leite · Moluscos · Amendoins · Soja · Frutos de Casca Rija · Aipo · Tremoços

ementa

UNISELF

BERÇÁRIO

SEMANA 3

DIA	PRATO	EMENTA
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + bolacha (tipo maria)
2ª feira	SOPA	Puré de Cenoura com Alface com Borrego
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + pão
3ª feira	SOPA	Puré de Abóbora com Feijão-verde e Frango/Fogonero*
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + bolacha (tipo maria)
4ª feira	SOPA	Puré de Brócolos e Couve-flor com Coelho
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + pão
5ª feira	SOPA	Puré de Cenoura e Alface com Frango/Pescada*
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + bolacha (tipo maria)
6ª feira	SOPA	Puré de Pimpinela e Feijão Verde com Peru
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea ou Papa de Aveia

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos * Peixe ou carne segundo as intruduções alimentares do bebé.
De acordo com o Regulamento (UE) nº1169/2011 existem 14 alergénos que podem estar presentes nos alimentos que consumimos.

Ovos, Crustáceos, Peixe, Sésamo, Dióxido de enxofre e sulfitos, Cereais que contêm glúten, Mostarda, Leite, Moluscos, Amendoins, Soja, Frutos de Casca Rija, Aipo, Tremoços

ementa

UNISELF

BERÇÁRIO

SEMANA 4

DIA	PRATO	EMENTA
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + bolacha (tipo maria)
2ª feira	SOPA	Puré de couve flor com Frango/Perca*
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + pão
3ª feira	SOPA	Puré de Alho-francês com Abóbora e Borrego
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + bolacha (tipo maria)
4ª feira	SOPA	Puré de Feijão-verde e Cenoura com Coelho/Pescada*
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + pão
5ª feira	SOPA	Puré de Pimpinela e Couve-flor com Perú
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + bolacha (tipo maria)
6ª feira	SOPA	Puré de Nabo e Alface com Frango/Vermelhão*
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea ou Papa de Aveia

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos * Peixe ou carne segundo as intruduções alimentares do bebé.
De acordo com o Regulamento (UE) nº1169/2011 existem 14 alergénos que podem estar presentes nos alimentos que consumimos.

Ovos · Crustáceos · Peixe · Sésamo · Dióxido de enxofre e sulfitos · Cereais que contêm glúten · Mostarda
Leite · Moluscos · Amendoins · Soja · Frutos de Casca Rija · Aipo · Tremoços

ementa

UNISELF

BERÇÁRIO

SEMANA 5

DIA	PRATO	EMENTA
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + bolacha (tipo maria)
2ª feira	SOPA	Puré de Abóbora e Feijão Verde com Peru
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + pão
3ª feira	SOPA	Puré de cenoura e Alface com Frango/Perca*
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + bolacha (tipo maria)
4ª feira	SOPA	Puré de Batata-doce e Alho francês com Borrego
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + pão
5ª feira	SOPA	Puré de Bróculos e Couve-flor com Peru/Abrótea*
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea
LANCHE MANHÃ		Sumo de fruta + bolacha (tipo maria)
6ª feira	SOPA	Nabo e Feijão-verde com Coelho / Pescada*
	SOBREMESA	Fruta Cozida
LANCHE TARDE		Farinha Láctea ou Papa de Aveia

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos * Peixe ou carne segundo as intruduções alimentares do bebé.
De acordo com o Regulamento (UE) nº1169/2011 existem 14 alergénos que podem estar presentes nos alimentos que consumimos.

Ovos, Crustáceos, Peixe, Sésamo, Dióxido de enxofre e sulfitos, Cereais que contêm glúten, Mostarda, Leite, Moluscos, Amendoins, Soja, Frutos de Casca Rija, Aipo, Tremoços