



Misericórdia da Figueira da Foz

Ementas – Berçário

1ª semana (em vigor a partir de abril de 2018)



DIA	REFEIÇÃO	BERÇÁRIO	A partir dos 8 meses
2ª Feira	Sopa	Creme de Abóbora com alho francês com frango	Creme de Abóbora com alho francês
	Prato		Frango cozido com massa espiral ¹ tricolor
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche	Alimento lácteo fermentado ⁷ com fruta	Alimento lácteo fermentado ⁷ com fruta
3ª Feira	Sopa	Creme de brócolos com pato	Creme de brócolos
	Prato		Pato cozido com arroz de cenoura
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche	Papa láctea ^{1,7}	Papa láctea ^{1,7}
4ª Feira	Sopa	Creme de feijão verde com medalhões de pescada	Creme de feijão verde
	Prato		Medalhões de pescada cozidos com arroz
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche	Alimento lácteo fermentado ⁷ com bolacha	Alimento lácteo fermentado ⁷ com bolacha
5ª Feira	Sopa	Creme de curgetes com borrego	Creme de curgetes
	Prato		Borrego cozido com puré de batata
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche	Alimento lácteo fermentado ⁷ com fruta	Alimento lácteo fermentado ⁷ com fruta
6ª Feira	Sopa	Creme de cenoura com peru	Creme de cenoura
	Prato		Peru cozido com massa ¹
	Sobremesa	Papa de fruta	Papa de fruta
	Lanche	Papa láctea ^{1,7}	Papa láctea ^{1,7}

Alimento lácteo fermentado é um substituto do iogurte à base de leite e polpa de fruta adequado para crianças com menos de 1 ano de idade por se tratar de um alimento mais seguro e de melhor digestibilidade.

Fruta da época – outono/ inverno: clementinas, laranjas,, diospiros, kiwis, peras, uvas; primavera/ verão: morangos, pêssegos, ameixas, melão, melancia, nêspas, meloa, cerejas,

Outras frutas: maçãs, peras, bananas

Esta ementa pode conter os seguintes alergénios: 1 - glúten; 4 – peixe; 7 – leite.

Para quem não é alérgico, estas substâncias são totalmente inofensivas.

Misericórdia da Figueira da Foz
Ementas – Berçário

- 2ª semana (em vigor a partir de abril de 2018)

DIA	REFEIÇÃO	BERÇÁRIO	A partir dos 8 meses
2ª Feira	Sopa	Creme de feijão verde com peru	Creme de feijão verde
	Prato		Peru cozido com massa ¹ cotovelinhos
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche	Papa láctea ⁷	Papa láctea ⁷
3ª Feira	Sopa	Creme de couve-flor com pato	Creme de couve-flor
	Prato		Pato cozido com arroz
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche	Alimento lácteo fermentado ⁷ com fruta	Alimento lácteo fermentado ⁷ com fruta
4ª Feira	Sopa	Creme de abóbora com borrego	Creme de abóbora
	Prato		Borrego cozido com puré de batata
	Sobremesa	Papa láctea ⁷	Papa láctea ⁷
	Lanche	Alimento lácteo fermentado ⁷ com bolacha	Alimento lácteo fermentado ⁷ com bolacha
5ª Feira	Sopa	Puré de espinafres com frango	Puré de espinafres
	Prato		Frango cozido com arroz de cenoura
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche	Papa láctea ⁷	Papa láctea ⁷
6ª Feira	Sopa	Creme de legumes com letrinhas ¹ e filetes de perca	Creme de legumes com letrinhas ¹
	Prato		Filetes de perca cozidos com massinhas ¹
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche	Alimento lácteo fermentado ⁷ com fruta	Alimento lácteo fermentado ⁷ com fruta

Alimento lácteo fermentado é um substituto do iogurte à base de leite e polpa de fruta adequado para crianças com menos de 1 ano de idade por se tratar de um alimento mais seguro e de melhor digestibilidade.

Fruta da época – outono/ inverno: clementinas, laranjas,, diospiros, kiwis, peras, uvas; primavera/ verão: morangos, pêssegos, ameixas, melão, melancia, nêspersas, meloa, cerejas, Outras frutas: maçãs, peras, bananas

Esta ementa pode conter os seguintes alergénios: 1- glúten; 4 – peixe; 7 – leite. Para quem não é alérgico, estas substâncias são totalmente inofensivas.

Misericórdia da Figueira da Foz

Ementas – Berçário

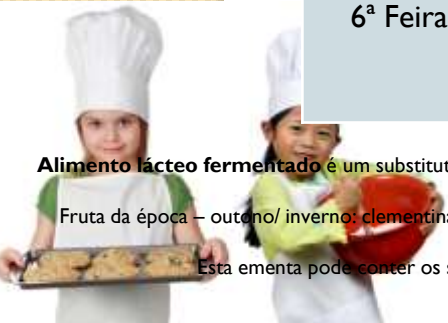
- 3ª semana (em vigor a partir de abril de 2018)

DIA	REFEIÇÃO	BERÇÁRIO	A partir dos 8 meses
2ª Feira	Sopa	Creme de curgetes com frango	Creme de curgetes
	Prato		Medalhões de pescada com fusili ¹ colorida e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche	Alimento lácteo fermentado ⁷ com fruta	Alimento lácteo fermentado ⁷ com fruta
3ª Feira	Sopa	Creme de cenoura com peru	Creme de cenoura
	Prato		Peru cozido com batata cozida
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche	Papa láctea ^{1,7}	Papa láctea ^{1,7}
4ª Feira	Sopa	Creme de feijão verde com borrego	Creme de feijão verde
	Prato		Borrego cozido com esparguete ¹
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche	Alimento lácteo fermentado ⁷ com bolacha	Alimento lácteo fermentado ⁷ com bolacha
5ª Feira	Sopa	Sopa de abóbora com coelho	Creme de abóbora
	Prato		Coelho cozido com arroz
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche	Papa de fruta	Papa de fruta
6ª Feira	Sopa	Creme de couve-flor com frango	Creme de couve-flor
	Prato		Frango cozido com massa lacinhos ¹
	Sobremesa	Papa de fruta	Papa de fruta
	Lanche	Alimento lácteo fermentado ⁷ com fruta	Alimento lácteo fermentado ⁷ com fruta

Alimento lácteo fermentado é um substituto do iogurte à base de leite e polpa de fruta adequado para crianças com menos de 1 ano de idade por se tratar de um alimento mais seguro e de melhor digestibilidade.

Fruta da época – outono/ inverno: clementinas, laranjas,, diospiros, kiwis, peras, uvas; primavera/ verão: morangos, pêsesgos, ameixas, melão, melancia, nêspersas, meloa, cerejas, Outras frutas: maçãs, peras, bananas

Esta ementa pode conter os seguintes alergénios: 1 - glúten; 4 – peixe; 7 – leite. Para quem não é alérgico, estas substâncias são totalmente inofensivas.



Misericórdia da Figueira da Foz
Ementas – Berçário

- 4ª semana (em vigor a partir de abril de 2018)

DIA	REFEIÇÃO	BERÇÁRIO	A partir dos 8 meses
2ª Feira	Sopa	Puré de cenoura com peru	Puré de cenoura
	Prato		Peru cozido com arroz de cenoura
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche	Papa láctea ^{1,7}	Papa láctea ^{1,7}
3ª Feira	Sopa	Puré de Alho francês com pato	Puré de Alho francês
	Prato		Pato cozido com massa lacinhos ¹
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche	Alimento lácteo ⁷ fermentado com fruta	Alimento lácteo ⁷ fermentado com fruta
4ª Feira	Sopa	Sopa de couve coração passada com frango	Sopa de couve coração passada
	Prato		Frango cozido com arroz
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche	Alimento lácteo ⁷ fermentado com bolacha	Alimento lácteo ⁷ fermentado com bolacha
5ª Feira	Sopa	Puré de Abóbora com coelho	Puré de Abóbora
	Prato		Filetes de perca cozidos com puré de cenoura
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche	Papa láctea ^{1,7}	Papa láctea ^{1,7}
6ª Feira	Sopa	Puré de Feijão verde com borrego	Puré de Feijão verde
	Prato		Borrego cozido com puré de batata
	Sobremesa	Papa de fruta	Papa de fruta
	Lanche	Alimento lácteo ⁷ fermentado com fruta	Alimento lácteo ⁷ fermentado com fruta

Alimento lácteo fermentado é um substituto do iogurte à base de leite e polpa de fruta adequado para crianças com menos de 1 ano de idade por se tratar de um alimento mais seguro e de maior digestibilidade.

Fruta da época – outono/ inverno: clementinas, laranjas, diospiros, kiwis, peras, uvas; primavera/ verão: morangos, pêssegos, ameixas, melão, melancia nêspersas, melão, cerejas,

Outras frutas: maçãs, peras, bananas

Esta ementa pode conter os seguintes **alergénios**: 1- glúten; 4 – peixe; 6 – Soja e produtos à base de soja 7 – leite.

Para quem não é alérgico, estas substâncias são totalmente inofensivas.

