

# Ementa semanal

Bercário e 1 ano



Semana de 4 a 8 Maio de 2026

**BERÇÁRIO**

**SALA 1 ANO**

Segunda-feira

<b>Sopa</b>	Sopa de introdução / 1º grupo/2º Grupo	Creme de cenoura com couve lombarda
<b>Prato Principal</b>	EcoMonday  Ovinhos cozidos com batata e legumes cozidos (feijão-verde, cenoura baby)	EcoMonday  Ovinhos cozidos com batata e legumes cozidos (feijão-verde e cenoura baby)
<b>Sobremesa</b>	Creme de pera	Fruta variada da época

Terça-feira

<b>Sopa</b>	Sopa de introdução / 1º grupo/2º Grupo	Creme de cenoura
<b>Prato Principal</b>	Arroz malandrinho com feijão, cenoura e frango	Mini-Feijoada á Brasileira com arroz branco
<b>Sobremesa</b>	Creme de maçã	Fruta variada da época

Quarta-feira

<b>Sopa</b>	Sopa de introdução / 1º grupo/2º Grupo	Creme de couve coração com feijão vermelho
<b>Prato Principal</b>	Salmão grelhado com batata e brócolos ao vapor	Salmão (lascas) salteado com legumes (Noruega) e batata
<b>Sobremesa</b>	Banana	Fruta variada da época

Quinta-feira

<b>Sopa</b>	Sopa de introdução / 1º grupo/2º Grupo	Creme de legumes
<b>Prato Principal</b>	Massinhas orzo com novilho picado e couve coração	Flæskesteg no forno (lombo assado fino - Dinamarca) com talharim salteado em azeite, alho e oregãos
<b>Sobremesa</b>	Creme de pera	Fruta variada da época

Sexta-feira

<b>Sopa</b>	Sopa de introdução / 1º grupo/2º Grupo	Creme de ervilhas
<b>Prato Principal</b>	Medalhões de pescada no forno ao natural com arroz de abóbora malandrinho	Medalhões de pescada no forno ao natural com arroz de abóbora malandrinho
<b>Sobremesa</b>	Creme de maçã	Fruta variada da época

Ementa elaborada pela Nutricionista do CNM/ CNG: Patrícia Martins (CP1151N)

\* Todos os dias, as crianças têm à disposição na sua mesa uma travessa de variados vegetais crus e cozinhados, dos quais se poderão servir de forma autónoma e/ou com ajuda.



Alergénios, informe-se, por favor, junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante. Declaração nutricional por 100g/100ml de produto | Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações ASAE Rua Rodrigo da Fonseca 73, 1250-096 Lisboa | Allergens: Please get more information with our staff. Cross contaminations in the restaurant can not be excluded | Nutricional information presented per 100g/100ml of product | This establishment has complaints book.

FOOD WITH PURPOSE  
Eurest