

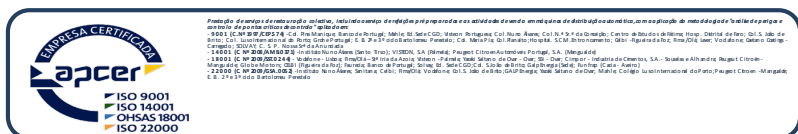
FUNDAÇÃO CEBI FONTE BOA DOS NABOS- CRECHE E PRÉ-ESCOLAR (3 E 4 ANOS)

Semana de 16 a 20 de setembro 2024



gertal

				Proteína	Gordura	H. de Carbono	Valor Calórico
Segunda-Feira	Sopa	Creme de brócolos		2,0 gr	3,2 gr	11,5 gr	76 Kcal
	Prato	Pescada assada com batata e brócolos		29,1 gr	24,0 gr	18,8 gr	143 Kcal
	Sobremesa	Fruta		0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
	Lanche	Leite simples e pão com creme vegetal					
Terça-Feira	Sopa	Abóbora com agrião		2,1 gr	3,2 gr	11,7 gr	84 Kcal
	Prato	Frango estufado com esparguete		13,1 gr	2,4 gr	21,9 gr	164 Kcal
	Sobremesa	Fruta		0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
	Lanche	iogurte e pão com fiambre de peru					
Quarta-Feira	Sopa	Alho francês		1,9 gr	3,2 gr	10,7 gr	80 Kcal
	Prato	Maruca cozida com batata e cenoura cozidos		34,1 gr	0,8 gr	10,7 gr	79 Kcal
	Sobremesa	Fruta		0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
	Lanche	Sumo (sem adição de açúcar) e pão com creme vegetal					
Quinta-Feira	Sopa	Nabiças		4,0 gr	5,2 gr	23,4 gr	74 Kcal
	Prato	Perú estufado com arroz branco e lombardo		22gr	11,2 gr	19,7 gr	173 Kcal
	Sobremesa	Fruta		0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
	Lanche	iogurte e pão com queijo					
Sexta-Feira	Sopa	Creme de cenoura		3,1 gr	3,2 gr	13,1 gr	70 Kcal
	Prato	Badejo cozido com batata e ervilhas cozidas		24,7 gr	1,4 gr	35,4 gr	89 Kcal
	Sobremesa	Fruta		0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
	Lanche	Leite simples e panquecas					




FUNDAÇÃO CEBI- CRECHE E PRÉ-ESCOLAR (3 E 4 ANOS)

Semana de 23 a 27 de setembro de 2024



gertal

			Proteína	Gordura	H. de Carbono	Valor Calórico
Segunda-Feira	Sopa	Legumes	4,6 gr	5,2 gr	24,1 gr	162 Kcal
	Prato	Frango estufado com esparguete	25,4 gr	1,7 gr	28,0 gr	233 Kcal
	Sobremesa	Fruta	0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
	Lanche	Papa Latéa/leite simples pão com creme vegetal				
Terça-Feira	Sopa	Creme de alho francês	3,3 gr	5,1 gr	22,1 gr	149 Kcal
	Prato	Fogonero cozido com batata e legumes	22,8 gr	6,8 gr	20,0 gr	262 Kcal
	Sobremesa	Fruta	0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
	Lanche	Papa iogurte c/fruta /iogurte pão com fiambre de peru				
Quarta-Feira	Sopa	Abóbora	3,5 gr	5,3 gr	22,4 gr	153 Kcal
	Prato	Peru estufado com arroz e cenoura	17,6 gr	13,1 gr	27,7 gr	302 Kcal
	Sobremesa	Fruta	0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
	Lanche	Papa Latéa/Sumo (sem adição de açúcar) com pão com creme vegetal				
Quinta-Feira	Sopa	Hortaliça	3,8 gr	5,3 gr	24,0 gr	160 Kcal
	Prato	Abrótea cozida com batata cozida e brócolos	15,3 gr	10,1 gr	20,3 gr	236 Kcal
	Sobremesa	Fruta	0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
	Lanche	Papa iogurte com fruta /iogurte com Cornflakes				
Sexta-Feira	Sopa	Creme de cenoura	8,4 gr	3,4 gr	22,8 gr	158 Kcal
	Prato	Frango estufado com fusilli tricolor	25,7 gr	4,3 gr	0,7 gr	155 Kcal
	Sobremesa	Fruta	0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
	Lanche	Flocos cereais com mel / Leite e pão com queijo				



Fundação de promoção de alimentação saudável, unidade institucional de referência em preparação e distribuição de alimentos em instituições de distribuição assistida, com o propósito de:

 - monitorar a qualidade da produção e distribuição de alimentos;

 - promover a segurança alimentar e nutricional;

 - promover a sustentabilidade ambiental;

 - promover a inclusão social;

 - promover a educação alimentar e nutricional;

 - promover a saúde pública;

 - promover a qualidade de vida;

 - promover a cidadania;

 - promover a participação social;

 - promover a transparência;

 - promover a accountability;

 - promover a integridade;

 - promover a ética;

 - promover a responsabilidade social;

 - promover a sustentabilidade econômica;

 - promover a sustentabilidade ambiental;

 - promover a sustentabilidade social;

 - promover a sustentabilidade governança.

ISO 9001
ISO 14001
OHSAAS 18001
ISO 22000

FUNDAÇÃO CEBI FONTE BOA DOS NABOS- CRECHE E PRÉ-ESCOLAR (3 E 4 ANOS)

Semana de 30 de setembro a 4 outubro de 2024



gertal

				Proteína	Gordura	H. de Carbono	Valor Calórico
Segunda-Feira	Sopa	Creme de cenoura com courgette		2,0 gr	3,2 gr	11,5 gr	82 Kcal
	Prato	Badejo cozido com batata e feijão verde		29,1 gr	24,0 gr	52,1 gr	545 Kcal
	Sobremesa	Fruta		0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
	Lanche	Papa Latéa / Leite simples pão com creme vegetal					
Terça-Feira	Sopa	Creme de lentilhas		2,1 gr	3,2 gr	11,7 gr	84 Kcal
	Prato	Vitela estufada com arroz e cenoura		15,7 gr	6,1 gr	34,8 gr	261 Kcal
	Sobremesa	Fruta		0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
	Lanche	Papa iogurte com fruta / logurte com pão com fiambre de peru					
Quarta-Feira	Sopa	Legumes		1,9 gr	3,2 gr	10,7 gr	80 Kcal
	Prato	Pescada cozida com batata e brócolos		34,1 gr	15,0 gr	51,1 gr	481 Kcal
	Sobremesa	Fruta		0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
	Lanche	Papa Latéa / Sumo (sem adição de açúcar) com pão com creme vegetal					
Quinta-Feira	Sopa	Agrião com abóbora		4,0 gr	5,2 gr	23,4 gr	158 Kcal
	Prato	Frango corado com arroz e legumes		22gr	11,2 gr	19,7 gr	226 Kcal
	Sobremesa	Fruta		0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
	Lanche	Papa iogurte com fruta / logurte pão com queijo					
Sexta-Feira	Sopa	Couve portuguesa		3,1 gr	3,2 gr	13,1 gr	94 Kcal
	Prato	Peixe estufado com legumes		24,7 gr	1,4 gr	35,4 gr	256 Kcal
	Sobremesa	Fruta		0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
	Lanche	Flocos de cereais com mel / Leite simples com panquecas					

