

# Ementa Infantil Setembro



Dia		Sopa	Prato	Sobremesa
3	3ª FEIRA	Creme de cenoura	Picadinho de vitela com massa espiral	Gelatina / Fruta da época
4	4ª FEIRA	Sopa de brócolos	Barrinhas de pescada com arroz ervilhas	Fruta da época
5	5ª FEIRA	Creme de legumes	Massa com carne e legumes	Fruta da época
6	6ª FEIRA	Sopa de penca	Salada de pescada lascada com batata	Fruta da época
9	2ª FEIRA	Sopa de cenoura e nabo	Hambúguer de aves com batata frita e arroz	Fruta da época
10	3ª FEIRA	Sopa de couve coração	Empadão de bacalhau	Gelatina / Fruta da época
11	4ª FEIRA	Creme de abóbora	Arroz à lavrador	Fruta da época
12	5ª FEIRA	Creme de ervilhas	Peru estufado com massinha e alface	Fruta da época
13	6ª FEIRA	Sopa de nabiças	Lascas de bacalhau fresco (badejo) com batata, ovo e feijão verde	Fruta da época
16	2ª FEIRA	Creme de cenoura	Esparguete à bolonhesa	Fruta da época
17	3ª FEIRA	Sopa de feijão-verde	Peixe à brás com alho-francês	Gelatina / Fruta da época
18	4ª FEIRA	Canja de galinha	Arroz de aves com salada de alface e cenoura	Fruta da época
19	5ª FEIRA	Creme de alface	Macarronete com carne e legumes	Fruta da época
20	6ª FEIRA	Sopa de couve coração	Arroz de atum com macedónia	Fruta da época
23	2ª FEIRA	Sopa de couve-flor	Empadão de carne com cenoura	Fruta da época
24	3ª FEIRA	Creme de abóbora	Salada de pescada com batata e macedónia	Gelatina / Fruta da época
25	4ª FEIRA	Sopa de alface	Carne de porco estufada com arroz	Fruta da época
26	5ª FEIRA	Creme de cenoura	Salada de frango com espirais e brócolos	Fruta da época
27	6ª FEIRA	Sopa de feijão-verde	Barrinhas de pescada com arroz de cenoura	Fruta da época
30	2ª FEIRA	Creme de espinafres	Esparguete à bolonhesa	Fruta da época

As dietas só são servidas mediante prescrição médica ou no próprio dia, por pedido dos pais até às 09:30.  
Todos os pratos são acompanhados de legumes e/ou saladas variados.