

Ementa da Creche setembro



Dia		Sopa	Prato	Sobremesa
3	3ª FEIRA	Sopa de alho-francês	Picadinho de vitela com massa espiral	Puré de fruta da época
4	4ª FEIRA	Creme de legumes	Arroz de pescada	Puré de fruta da época
5	5ª FEIRA	Sopa de abóbora	Massada de peru	Puré de fruta da época
6	6ª FEIRA	Juliana	Salada de pescada lascada com batata	Puré de fruta da época
9	2ª FEIRA	Sopa de cenoura e nabo	Vitela picadinha com arroz e cenoura	Puré de fruta da época
10	3ª FEIRA	Sopa de couve coração	Saladinha de bacalhau fresco (badejo) com batata e legumes	Puré de fruta da época
11	4ª FEIRA	Creme de abóbora	Arroz de borrego com cenoura	Puré de fruta da época
12	5ª FEIRA	Creme de curgete	Perú desfiado com massinha e salada de alface e tomate	Puré de fruta da época
13	6ª FEIRA	Sopa de nabiças	Salada de pescada com batata e feijão verde	Puré de fruta da época
16	2ª FEIRA	Creme de cenoura	Picadinho de vitela com esparguete e legumes	Puré de fruta da época
17	3ª FEIRA	Sopa de feijão-verde	Pescada lascada com batatinha e macedónia	Puré de fruta da época
18	4ª FEIRA	Creme de legumes	Arroz de aves com cenoura	Puré de fruta da época
19	5ª FEIRA	Creme de alface	Borrego com massinha e salada	Puré de fruta da época
20	6ª FEIRA	Sopa de couve coração	Arroz de pescada com macedónia	Puré de fruta da época
23	2ª FEIRA	Sopa de couve-flor	Arroz com picado de vitela e cenoura	Puré de fruta da época
24	3ª FEIRA	Creme de abóbora	Batatinha esmagada com pescada e macedónia	Puré de fruta da época
25	4ª FEIRA	Sopa de alface	Borrego estufado com arroz e salada	Puré de fruta da época
26	5ª FEIRA	Creme de cenoura	Saladinha de frango com espirais e brócolos	Puré de fruta da época
27	6ª FEIRA	Sopa de feijão-verde	Arroz de cenoura com lombinhos de pescada	Puré de fruta da época
30	2ª FEIRA	Sopa de espinafres	Esparguete à bolonesa com salada	Puré de 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.