

# Ementa da Infantil Setembro

Dia		Sopa	Prato	Sobremesa
1	3ª FEIRA	Sopa de feijão verde	Pescada cozida com batata, cenoura e brócolos	Fruta da época
2	4ª FEIRA	Juliana de legumes	Frango assado com arroz e courgete	Fruta da época
3	5ª FEIRA	Canja	Carne de porco aos cubos com ervilhas e cenoura	Fruta da época
4	6ª FEIRA	Sopa de espinafres	Salmão com batata e macedónia	Fruta da época
7	2ª FEIRA	Sopa de nabo e cenoura	Bife de frango com esparguete e cenoura	Fruta da época
8	3ª FEIRA	Sopa de couve coração	Pescada no forno com batata e feijão verde	Fruta da época
9	4ª FEIRA	Sopa de nabiças	Vitela estufada com massa cotovelinhos e cenoura ralada	Fruta da época
10	5ª FEIRA	Creme de alface	Perú desfiado com arroz e alface	Fruta da época
11	6ª FEIRA	Sopa de macedónia	Massinha de maruca	Fruta da época
14	2ª FEIRA	Sopa de couve lombarda	Empadão de vitela	Fruta da época
15	3ª FEIRA	Sopa de feijão verde	Abrótea lascada no forno com batata e macedónia	Fruta da época
16	4ª FEIRA	Juliana de legumes	Arroz de peru no forno	Fruta da época
17	5ª FEIRA	Creme de cenoura	Frango estufado com arroz e brócolos	Fruta da época
18	6ª FEIRA	Sopa de alface	Pescada cozida com batata, cenoura e couve flor	Fruta da época
21	2ª FEIRA	Sopa de couve flôr	Bife de frango com arroz, ervilha e cenoura	Fruta da época
22	3ª FEIRA	Sopa de couve branca	Salada de maruca com batata e macedónia	Fruta da época
23	4ª FEIRA	Canja	Vitela estufada com esparguete e courgette	Fruta da época
24	5ª FEIRA	Creme de legumes	Bife de peru com arroz e feijão e verde	Fruta da época
25	6ª FEIRA	Sopa de feijão verde	Pescada com batata e cenoura salteada	Fruta da época
28	2ª FEIRA	Sopa de espinafres	Tirinhas de carne de vaca com arroz e cenoura	Fruta da época
29	3ª FEIRA	Creme de ervilhas	Douradinhos no forno com arroz de tomate	Fruta da época
30	4ª FEIRA	Sopa de macedónia	Perna de frango com esparguete e courgette	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.