

Ementa da Creche Abril



Dia		Sopa	Prato	Sobremesa
1	2ªFEIRA	Creme de cenoura	Picadinho de carne de vaca com arroz e legumes	Puré de fruta da época
2	3ªFEIRA	Macedónia	Saladinha de pescada com batata, cenoura, brócolos	Puré de fruta da época
3	4ªFEIRA	Feijão verde	Esparguete com perú aos cubinhos e cenoura ralada	Puré de fruta da época
4	5ªFEIRA	Legumes	Borrego estufado com arroz e brócolos	Puré de fruta da época
5	6ªFEIRA	Espinafres	Lascas de salmão com espirais e macedónia de legumes	Puré de fruta da época
8	2ªFEIRA	Alho francês	Arroz de carne de vaca picada com legumes	Puré de fruta da época
9	3ªFEIRA	Couve-flôr	Arroz de pescada com macedónia	Puré de fruta da época
10	4ªFEIRA	Juliana de legumes	Esparguete com perú aos cubinhos e cenoura ralada	Puré de fruta da época
11	5ªFEIRA	Creme de legumes	Massinhas com coelho e ervilhas	Puré de fruta da época
12	6ªFEIRA	Creme de abóbora com coentros	Açorda de bacalhau com brócolos	Puré de fruta da época
15	2ªFEIRA	Nabo e cenoura	Arroz de carne de vaca picada com legumes	Puré de fruta da época
16	3ªFEIRA	Lombarda	Filetes de pescada no forno com batata e feijão verde	Papa de fruta da época
17	4ªFEIRA	Nabiças	Esparguete com perú aos cubinhos e cenoura ralada	Papa de fruta da época
18	5ªFEIRA	Creme de Alface	Arroz de borrego e legumes	Papa de fruta da época
23	3ªFEIRA	Creme de legumes	Açorda de pescada	Papa de fruta da época
24	4ªFEIRA	Feijão verde	Esparguete com perú aos cubinhos e cenoura ralada	Papa de fruta da época
26	6ªFEIRA	Creme de legumes	Empadão de abrótea e alface	Papa de fruta da época
29	2ªFEIRA	Couve-flôr	Arroz de carne de vaca picada com legumes	Papa de fruta da época
30	3ªFEIRA	Espinafre	Lombos de pescada no forno	Papa 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.

Ementa da Infantil Abril



Dia		Sopa	Prato	Sobremesa
1	2ªFEIRA	Creme de de cenoura	Croquetes de carne com arroz e legumes	Fruta da época
2	3ªFEIRA	Macedónia	Filetes de pescada no forno com batata, cenoura e ervilhas	Fruta da época
3	4ªFEIRA	Feijão verde	Perú assado no forno com esparguete e cenoura ralada	Fruta da época
4	5ªFEIRA	Creme de legumes	Rojões estufados com batata aos cubos no forno e alface	Fruta da época
5	6ªFEIRA	Espinafres	Lascas de salmão com espirais e macedónia de legumes	Fruta da época
8	2ªFEIRA	Alho francês	Picadinho de novilho com arroz e cenoura	Fruta da época
9	3ªFEIRA	Couve-flôr	Lombos de cavala com ervas aromáticas, macarrão e bróculos	Fruta da época
10	4ªFEIRA	Juliana de legumes	Frango assado com arroz e alface	Fruta da época
11	5ªFEIRA	Couve poprtuguiesa e cenoura	Borrego estufado com cotovelinhos, cenoura e ervilhas	Fruta da época
12	6ªFEIRA	Creme de abóbora com coentros	Bacalhau espiritual cm feijão verde	Fruta da época
15	2ªFEIRA	Nabo e cenoura	Bife de frango com esparguete e salada de milho e cenoura	Fruta da época
16	3ªFEIRA	Lombarda	Filetes de pescada panados no forno com batata e feijão verde	Fruta da época
17	4ªFEIRA	Nabiças	Massa fusili no forno com carnes brancas e alface	Fruta da época
18	5ªFEIRA	Creme de alface	Bifanas estufadas com batatas aos cubos e salada de tomate	Fruta da época
23	3ªFEIRA	Creme de legumes	Salada de atum com batata e feijão verde	Fruta da época
24	4ªFEIRA	Alho francês	Perna de Perú corado com arroz e legumes	Fruta da época
26	6ª Feira	Creme de ervilhas	Tiras de pota no forno com batata e macedónia	Fruta da época
29	2ªFEIRA	Couve-flôr	Tirinhas de carne de vaca com esparguete e cenoura	Fruta da época
30	3ªFEIRA	Espinafre e grão	Lombinhos de pescada assada com batata e couve branca	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.