

Ementa da Creche Fevereiro



Dia		Sopa	Prato	Sobremesa
3	2ª FEIRA	Sopa de alho francês	Picadinho de novilho com arroz e cenoura	Puré de fruta da época
4	3ª FEIRA	Sopa de couve flôr	Massinha de maruca com macedónia	Puré de fruta da época
5	4ª FEIRA	Juliana de legumes	Frango assado com arroz e cenoura	Puré de fruta da época
6	5ª FEIRA	Creme de legumes	Massinhas com coelho e ervilhas	Puré de fruta da época
7	6ª FEIRA	Creme de abóbora	Lascas de salmão com espirais, ervilhas, milho e cenoura	Puré de fruta da época
10	2ªFEIRA	Creme de cenoura	Bife de frango com esparguete, salada de milho e cenoura	Puré de fruta da época
11	3ªFEIRA	Sopa de espinafres	Açorda de pescada	Puré de fruta da época
12	4ªFEIRA	Sopa de nabiças	Vitela estufada aos cubinhos com cotovelinhos e cenoura ralada	Puré de fruta da época
13	5ªFEIRA	Creme de alface	Perú desfiado com batatinha no forno	Puré de fruta da época
14	6ªFEIRA	Sopa de feijão verde	Arroz de peixe e legumes (abrótea)	Puré de fruta da época
17	2ªFEIRA	Creme de couve flôr	Empadão de vitela com legumes estufados	Puré de fruta da época
18	3ªFEIRA	Sopa de espinafres	Salada de pescada com batata e feijão verde	Puré de fruta da época
19	4ªFEIRA	Creme de brócolos	Arroz de Perú no forno com cenoura ralada	Puré de fruta da época
20	5ªFEIRA	Creme de alface	Frango estufado com arroz e brócolos salteados	Puré de fruta da época
21	6ªFEIRA	Creme de legumes	Feijoada carnavalesca	Puré de fruta da época
24	2ªFEIRA	Sopa de couve flôr	Arroz de frango e legumes	Puré de fruta da época
26	4ªFEIRA	Sopa de espinafres	Lombos de pescada no forno com batata esmagada e couve branca	Puré de fruta da época
27	5ªFEIRA	Sopa de abóbora	Arroz de frango e legumes	Puré de fruta da época
28	6ªFEIRA	Sopa de feijão verde	Farinha de pau de bacalhau fresco com cenoura salteada	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.

Ementa Infantil Fevereiro



Dia		Sopa	Prato	Sobremesa
3	2ª FEIRA	Sopa de alho francês	Picadinho de novilho com arroz e cenoura	Fruta da época
4	3ª FEIRA	Sopa de couve flôr	Lombos de cavala com ervas aromáticas, macarrão e brócolos	Gelatina / Fruta da época
5	4ª FEIRA	Juliana de legumes	Frango assado com arroz e alface	Fruta da época
6	5ª FEIRA	Creme de legumes	Carne de porco aos cubos com ervilhas e cenoura	Fruta da época
7	6ª FEIRA	Creme de abóbora com coentros	Lascas de salmão com espirais, ervilhas, milho e cenouras	Fruta da época
10	2ª FEIRA	Creme de cenoura	Bife de frango com esparguete e salada de milho e cenoura	Fruta da época
11	3ª FEIRA	Sopa de espinafres	Pescada no forno com batata e feijão verde	Fruta da época
12	4ª FEIRA	Sopa de nabiças	Vitela estufada aos cubinhos com cotovelinhos e cenoura ralada	Fruta da época
13	5ª FEIRA	Creme de alface	Perú desfiado com batatinha no forno	Fruta da época
14	6ª FEIRA	Sopa de feijão verde	Arroz de peixe (abrótea)	Gelatina/Fruta da época
17	2ª FEIRA	Sopa de couve lombarda	Empadão de vitela com legumes estufados	Fruta da época
18	3ª FEIRA	Sopa de espinafres	Salada de pescada com batata e feijão verde	Gelatina/Fruta da época
19	4ª FEIRA	Sopa de alho francês	Arroz de peru no forno com cenoura ralada	Fruta da época
20	5ª FEIRA	Creme de alface	Frango estufado com arroz e brócolos salteados	Fruta da época
21	6ª FEIRA	Creme de legumes	Feijoada carnavalesca	Fruta da época
24	2ª FEIRA	Sopa de couve flôr	Tirinhas de carne de vaca com arroz, ervilhas e cenoura	Fruta da época
26	4ª FEIRA	Sopa de espinafres	Lombinhos de pescada no forno com batata e couve branca	Fruta da época
27	5ª FEIRA	Sopa de abóbora	Arroz de frango e legumes	Fruta da época
28	6ª FEIRA	Sopa de feijão verde	Bacalhau com batata e cenoura salteada	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.