

Ementa da Creche Setembro

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