

Ementa da Infantil

Outubro



Dia		Sopa	Prato	Sobremesa
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
1	5ª FEIRA	Sopa de nabiças	Carne de porco à jardineira	Fruta da época
2	6ª FEIRA	Creme de cenoura	Massinha de maruca e legumes	Fruta da época
6	3ª FEIRA	Creme de cenoura com psvide	Lombinhos de pescada no forno com batata e brócolos	Fruta da época
7	4ª FEIRA	Sopa de alho francês	Perú corado ao natural com arroz e couve de bruxelas	Fruta da época
8	5ª FEIRA	Canja	Arroz de frango e legumes	Fruta da época
9	6ª FEIRA	Sopa de macedónia	Salada de salmão com fusilli e legumes	Fruta da época
12	2ª FEIRA	Creme de favas	Esaprguete à bolonhesa com cenoura ralada	Fruta da época
13	3ª FEIRA	Sopa de espinafres	Bacalhau fresco cozido com couve flôr e batata	Fruta da época
14	4ª FEIRA	Creme de abóbora	Bife de peru com arroz e courgette	Fruta da época
15	5ª FEIRA	Sopa de brócolos	Perna de frango corada com esparguete e cenoura	Fruta da época
16	6ª FEIRA	Sopa de feijão verde	Pizza de atum	Fruta da época
19	2ª FEIRA	Sopa de macedónia	Croquetes de carne com arroz, ervilha e cenoura	Fruta da época
20	3ª FEIRA	Creme de lombarda e feijão	Pescada estufada com cotovelinhos e brócolos	Fruta da época
21	4ª FEIRA	Caldo verde	Esparguete com peru e cenoura ralada	Fruta da época
22	5ª FEIRA	Sopa de nabiças	Empadão de carne de vaca	Fruta da época
23	6ª FEIRA	Creme de alface	Maruca cozida com batata e courgette	Fruta da época
26	2ª FEIRA	Sopa de couve flôr	Bife de frango com esparguete, cenoura e ervilha	Fruta da época
27	3ª FEIRA	Sopa de couve branca	Salada de pescada com batata e macedónia	Fruta da época
28	4ª FEIRA	Canja	Vitela estufada simples comesparguete e courgette	Fruta da época
29	5ª FEIRA	Creme de cenoura com coentros	Bife de peru com arroz e feijão verde	Fruta da época
30	6ª FEIRA	Sopa de feijão verde	Pescada 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.