

Ementa da Creche - Janeiro

Dia		Sopa	Prato	Sobremesa
10	2ª FEIRA	Sopa de cenoura e nabo	Vitela estufada com massa e alface e cenoura	Puré de fruta da época
11	3ª FEIRA	Sopa de couve coração	Empadão de peixe	Puré de fruta da época
12	4ª FEIRA	Sopa de abóbora	Jardineira de frango	Puré de fruta da época
13	5ª FEIRA	Creme de alface	Perú desfiado com massa espiral e salada de alface e tomate	Puré de fruta da época
14	6ª FEIRA	Creme de nabijas	Bacalhau fresco cozido com batata cozida e espinafres	Puré de fruta da época
17	2ª FEIRA	Creme de abóbora	Vitela estufada com arroz e legumes	Puré de fruta da época
18	3ª FEIRA	Sopa de feijão-verde	Peixe lascado no forno (abrótea) com massa cotovelinhos e macedónia	Puré de fruta da época
19	4ª FEIRA	Creme de cenoura	Arroz de peru no forno	Puré de fruta da época
20	5ª FEIRA	Sopa de couve coração	Escalopes de vaca com esparguete e salada	Puré de fruta da época
21	6ª FEIRA	Sopa de espinafres	Saladinha de peixe (pescada, batata e macedónia)	Puré de fruta da época
24	2ª FEIRA	Sopa de couve-flor	Bife de frango com arroz e salada	Puré de fruta da época
25	3ª FEIRA	Creme de abóbora	Saladinha de pescada com batata e feijão verde	Puré de fruta da época
26	4ª FEIRA	Sopa de alface	Borrego com massa espiral e curgete	Puré de fruta da época
27	5ª FEIRA	Creme de cenoura	Arroz de aves (perú)	Puré de fruta da época
28	6ª FEIRA	Sopa de feijão-verde	Massada de maruca com legumes	Puré de fruta da época
31	2ª FEIRA	Sopa de espinafres	Esparguete à bolonhesa com legumes	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.

