

Ementa da Creche - junho

Dia		Sopa	Prato	Sobremesa
31	2ª FEIRA	Sopa de couve-flor	Bife de peru com arroz e cenoura e ervilhas	Puré de fruta da época
1	3ª FEIRA	Creme de cenoura	Vitela picada com lacinhos e cenoura ralada	Puré de fruta da época
2	4ª FEIRA	Sopa de legumes	Lombinhos de pescada com batata	Puré de fruta da época
4	6ª FEIRA	Sopa de feijão-verde	Farinha de pau de peixe	Puré de fruta da época
7	2ª FEIRA	Sopa de espinafres	Picadinho de carne de vaca com arroz e cenoura	Puré de fruta da época
8	3ª FEIRA	Creme de abóbora	Lascas de pescada com batata e feijão-verde	Puré de fruta da época
9	4ª FEIRA	Sopa de macedónia	Perna de frango com esparguete e curgete	Puré de fruta da época
11	6ª FEIRA	Juliana	Massinha de maruca com legumes	Puré de fruta da época
14	2ª FEIRA	Sopa de couve coração	Esparguete à bolonhesa com alface e tomate	Puré de fruta da época
15	3ª FEIRA	Creme de cenoura	Salada de peixe (bacalhau fresco) com batata e salada	Puré de fruta da época
16	4ª FEIRA	Sopa de alho-francês	Peru corado ao natural com arroz e couve-de-bruxelas	Puré de fruta da época
17	5ª FEIRA	Creme de brócolos	Frango estufado com macarronete e legumes salteados	Puré de fruta da época
18	6ª FEIRA	Sopa de feijão-verde	Pescada cozida com batata e brócolos e cenoura	Puré de fruta da época
21	2ª FEIRA	Sopa de espinafres	Frango corado com arroz e salada	Puré de fruta da época
22	3ª FEIRA	Sopa de macedónia	Massinha de peixe (maruca)	Puré de fruta da época
23	4ª FEIRA	Creme de cenoura	Bife de peru com esparguete e couve-flor	Puré de fruta da época
25	6ª FEIRA	Sopa de alface	Pescada cozida com batata e feijão-verde	Puré de fruta da época
28	2ª FEIRA	Creme de cenoura	Borrego com arroz e cenoura e ervilhas	Puré de fruta da época
29	3ª FEIRA	Sopa de feijão-verde	Pescada estufada com batata e brócolos e cenoura	Puré de fruta da época
30	4ª FEIRA	Creme de abóbora	Peru estufado com cotovelinhos e cenoura ralada	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.