

Ementa da Creche

Março



Dia		Sopa	Prato	Sobremesa
2	4ª FEIRA	Creme de alface	Atum com massa primavera (milho, cenoura e ervilha)	Puré de fruta da época
3	5ª FEIRA	Creme de legumes	Borrego estufado com batata e brócolos	Puré de fruta da época
4	6ª FEIRA	Sopa de alho francês	Massinha de pescada	Puré de fruta da época
7	2ª FEIRA	Sopa de cenoura e nabo	Vitela estufada com massa e alface e cenoura	Puré de fruta da época
8	3ª FEIRA	Sopa de couve coração	Empadão de peixe	Puré de fruta da época
10	4ª FEIRA	Sopa de abóbora	Jardineira de frango	Puré de fruta da época
11	5ª FEIRA	Creme de alface	Perú desfiado com massa espiral e salada de alface e tomate	Puré de fruta da época
12	6ª FEIRA	Creme de nabiças	Bacalhau fresco cozido com batata cozida e espinafres	Puré de fruta da época
14	2ª FEIRA	Creme de abóbora	Vitela estufada com arroz e legumes	Puré de fruta da época
15	3ª FEIRA	Sopa de feijão-verde	Peixe lascado no forno (abrótea) com massa cotovelinhos e macedónia	Puré de fruta da época
16	4ª FEIRA	Creme de cenoura	Arroz de peru no forno	Puré de fruta da época
17	5ª FEIRA	Creme de alface	Escalopes de vaca com esparguete e salada	Puré de fruta da época
18	6ª FEIRA	Sopa de couve coração	Saladinha de peixe (pescada, batata e macedónia)	Puré de fruta da época
21	2ª FEIRA	Sopa de couve-flor	Bife de frango com esparguete e cenoura e ervilhas	Puré de fruta da época
22	3ª FEIRA	Creme de abóbora	Bacalhau fresco lascado com batata e macedónia	Puré de fruta da época
23	4ª FEIRA	Sopa de alface	Bifinhos de peru com arroz e salada	Puré de fruta da época
24	5ª FEIRA	Creme de cenoura	Frango assado com massa farfalle e legumes	Puré de fruta da época
25	6ª FEIRA	Sopa de feijão verde	Pescada no forno com batata e brócolos	Puré de fruta da época
28	2ª FEIRA	Sopa de espinafres	Bife de frango com arroz e salada	Puré de fruta da época
29	3ª FEIRA	Sopa de alho francês	Saladinha de pescada com batata e feijão verde	Puré de fruta da época
30	4ª FEIRA	Creme de legumes	Borrego com massa espiral e curgete	Puré de fruta da época
31	5ª FEIRA	Sopa de abóbora	Arroz de aves (perú)	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.