

CRECHE EMENTA

3 a 7 de março



Segunda

Sopa	Sopa de cenoura e nabo
Prato	Vitela picada com arroz e cenoura
Sobremesa	Puré de fruta variada da época

Terça

FERIADO DE CARNAVAL

Quarta

Sopa	Creme de abóbora
Prato	Arroz de borrego com cenoura
Sobremesa	Puré de fruta variada da época

Quinta

Sopa	Creme de curgete
Prato	Frango desfiado com massa e salada de alface
Sobremesa	Puré de fruta variada da época

Sexta

Sopa	Sopa de nabijas
Prato	Salada de pescada com batata e feijão verde
Sobremesa	Puré de fruta variada da época



Notas: A ementa com os valores nutricionais e alergénicos encontra-se exposta no restaurante do colégio

CRECHE EMENTA

10 a 14 de março



Segunda

10
Mar

Sopa	Crepe de couve flor
Prato	Picadinho de vitela com arroz e legumes
Sobremesa	Purê de fruta variada da época

Terça

11
Mar

Sopa	Crepe de abóbora
Prato	Pescada lascada com batata e macedônia
Sobremesa	Purê de fruta variada da época

Quarta

12
Mar

Sopa	Crepe de legumes
Prato	Bife de frango com purê e cenoura
Sobremesa	Purê de fruta variada da Época

Quinta

13
Mar

Sopa	Crepe de alface e cenoura
Prato	Borrego com massa e salada
Sobremesa	Purê de fruta variada da Época

Sexta

14
Mar

Sopa	Sopa de couve coração
Prato	Arroz de pescada com macedônia
Sobremesa	Purê de fruta variada da Época



Notas: A ementa com os valores nutricionais e alergênicos encontra-se exposta no restaurante do colégio

CRECHE EMENTA

17 a 21 de março



Segunda

17
Mar

Sopa	Creme de curgete
Prato	Massa com vitela e cenoura
Sobremesa	Puré de fruta variada da época

Terça

18
Mar

Sopa	Creme de cenoura e alho francês
Prato	Arroz de badejo fresco com macedónia
Sobremesa	Puré de fruta variada da Época

Quarta

19
Mar

Sopa	Creme de legumes
Prato	Borrego estufado com massa e salada
Sobremesa	Puré de fruta variada da Época

Quinta

20
Mar

Sopa	Creme de abóbora
Prato	Arroz de peru e brócolos
Sobremesa	Puré de fruta variada da época

Sexta

21
Mar

Sopa	Sopa de feijão verde
Prato	Salada de pescada com batata e ovo
Sobremesa	Puré de fruta variada da época



Notas: A ementa com os valores nutricionais e alergénicos encontra-se exposta no restaurante do colégio

CRECHE EMENTA

24 a 28 de março



Segunda

24
Mar

Sopa	Creme de espinafres
Prato	Esparguete à bolonhesa com salada
Sobremesa	Puré de fruta variada da época

Terça

25
Mar

Sopa	Sopa de cenoura
Prato	Arroz de peixe
Sobremesa	Puré de fruta variada da época

Quarta

26
Mar

Sopa	Creme de alface
Prato	Frango estufado com massa e legumes
Sobremesa	Puré de fruta variada da época

Quinta

27
Mar

Sopa	Creme de legumes
Prato	Lascas de peru com arroz
Sobremesa	Puré de fruta variada da época

Sexta

28
Mar

Sopa	Juliana
Prato	Badejo fresco com batata, cenoura e ovo raspado
Sobremesa	Puré de fruta variada da Época



Notas: A ementa com os valores nutricionais e alergénicos encontra-se exposta no restaurante do colégio

CRECHE EMENTA

31 de março



Segunda

31
Mar

Sopa	Sopa de macedónia
Prato	Massa com picado de peru
Sobremesa	Puré de fruta variada da época



Notas: A ementa com os valores nutricionais e alergénicos encontra-se exposta no restaurante do colégio