

Ementa Infantil

março



Dia		Sopa	Prato	Sobremesa
1	6ª FEIRA	Sopa de nabiças	Bolinhos de bacalhau com arroz de tomate	Fruta da época
4	2ª FEIRA	Creme de abóbora	Carne de vaca picada estufada com molho branco	Fruta da época
5	3ª FEIRA	Sopa de feijão-verde	Peixe à brás com alho-francês	Gelatina / Fruta da época
6	4ª FEIRA	Creme de cenoura	Arroz de aves com salada de alface e cenoura	Fruta da época
7	5ª FEIRA	Creme de alface	Rancho	Fruta da época
8	6ª FEIRA	Creme de alface	Filetes de peixe panados no forno com arroz de feijão	Fruta da época
11	2ª FEIRA	Sopa de couve-flor	Croquetes de carne com arroz de cenoura	Fruta da época
12	3ª FEIRA	Creme de abóbora	Filetes de pescada com crocante de milho no forno com batata e salada de alface	Gelatina / Fruta da época
13	4ª FEIRA	Sopa de alface	Costeletas à salsicheiro com arroz	Fruta da época
14	5ª FEIRA	Creme de cenoura	Frango assado com massa espiral e puré de cenoura	Fruta da época
15	6ª FEIRA	Sopa de feijão-verde	Arroz de peixe.	Fruta da época
18	2ª FEIRA	Sopa de espinafres	Rolo de carne de peru no forno com molho de tomate e massa esparguete	Fruta da época
19	3ª FEIRA	Sopa de alho-francês	Tirinhas de pota panadas no forno com arroz de feijão	Gelatina / Fruta da época
20	4ª FEIRA	Creme de legumes	Panados de frango com massa esparguete	Fruta da época
21	5ª FEIRA	Sopa de abóbora	Carne de porco guisada com arroz e legumes	Fruta da época
22	6ª FEIRA	Juliana	Salada de atum, feijão frade, ovo e cenoura	Fruta da época
25	2ª FEIRA	Sopa de macedónia	Almôndegas de aves estufadas com massa esparguete e salada de alface	Fruta da época
26	3ª FEIRA	Creme de cenoura	Arroz com ovo mexido	Gelatina / Fruta da época
27	4ª FEIRA	Sopa de brócolos	Pescada lascada com puré	Fruta da época
28	5ª FEIRA	Creme de legumes	Feijoada simples com arroz	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.