

EMENTA

Creche 30 de janeiro a 03 de fevereiro



Segunda

Sopa	Sopa de espinafres
Prato	Bifinhos de frango com massinha e salada
Sobremesa	Puré de fruta da época

Terça

Sopa	Sopa de alho-francês
Prato	Saladinha de pescada com batata
Sobremesa	Puré de fruta da época

Quarta

Sopa	Creme de legumes
Prato	Borrego com arroz e curgete
Sobremesa	Puré de fruta da época

Quinta

Sopa	Sopa de abóbora
Prato	Farinha de pau de carne de bovino
Sobremesa	Puré de fruta da época

Sexta

Sopa	Juliana
Prato	Maruca com batata e legumes
Sobremesa	Puré de fruta da época

EMENTA

Creche 06 a 10 de fevereiro



Segunda

Sopa	Sopa de macedónia
Prato	Esparguete com picadinho de bovino
Sobremesa	Puré de fruta da época

Terça

Sopa	Creme de cenoura
Prato	Salada de peixe (red fish) com brocolos
Sobremesa	Puré de fruta da época

Quarta

Sopa	Creme de brócolos
Prato	Frango estufado com arroz e cenoura ralada
Sobremesa	Puré de fruta da época

Quinta

Sopa	Creme de legumes
Prato	Peru assado com batata e feijão-verde
Sobremesa	Puré de fruta da época

Sexta

Sopa	Sopa de couve-flor
Prato	Arroz de peixe (pescada) com repolho à juliana ⁴
Sobremesa	Puré de fruta da época

EMENTA

Creche 13 a 17 de fevereiro



Segunda

Sopa	Creme de cenoura
Prato	Arrozinho de frango com salada
Sobremesa	Puré de fruta da época

Terça

Sopa	Sopa de macedónia
Prato	Salmão com massinha tricolor e brócolos
Sobremesa	Puré de fruta da época

Quarta

Sopa	Sopa de curgete
Prato	Bifinhos de peru com arroz e couve-flor
Sobremesa	Puré de fruta da época

Quinta

Sopa	Sopa de repolho
Prato	Picadinho de vitela com massa
Sobremesa	Puré de fruta da época

Sexta

Sopa	Sopa de alface
Prato	Farinha de pau de peixe
Sobremesa	Puré de fruta da época

EMENTA

Creche 20 a 24 de fevereiro



Segunda

Sopa	Sopa de abóbora
Prato	Novilho picadinho com arroz e repolho
Sobremesa	Puré de fruta da época

Terça

Sopa	Creme de legumes
Prato	Salada de Pescada com batatinha e cenoura
Sobremesa	Puré de fruta da época

Quarta

Sopa	Creme de alface
Prato	Tirinhas de frango com esparguete e curgete
Sobremesa	Puré de fruta da época

Quinta

Sopa	Creme de cenoura
Prato	Borrego estufado com arroz e brócolos
Sobremesa	Puré de fruta da época

Sexta

Sopa	Sopa de alho-francês
Prato	Salada de peixe (badejo) com cotovelinhos
Sobremesa	Puré de fruta da época



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

EMENTA

Creche 27 a 28 de fevereiro



Segunda

Sopa	Sopa de cenoura e nabo
Prato	Tirinhas de frango com massinha, alface e cenoura
Sobremesa	Puré de fruta da época

Terça

Sopa	Creme de legumes
Prato	Saladinha de maruca com batata e legumes
Sobremesa	Puré de fruta da época
