



EMENTA DA INFANTIL

01/set

Sopa de feijão-verde
Pescada cozida com batatas, cenoura e brócolos
Fruta da época

02/set

Juliana de legumes
Frango assado com arroz e alface
Fruta da época

03/set

Canja
Carne de porco aos cubos com ervilhas e cenoura
Fruta da época

04/set

Sopa de espinafres
Salmão com batatas e macedónia
Fruta da época

Notas:

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





EMENTA DA INFANTIL

07/set

Sopa de nabo e cenoura
Pescada no forno com batatas e feijão-verde
Fruta da época

08/set

Sopa de abóbora
Frango estufado com arroz e cenoura ralada
Fruta da época

09/set

Sopa de nabiças
Bife de vitela com batatas, ovo mexido e courgette
Fruta da época

10/set

Creme de alface
Peru desfiado com arroz e alface
Fruta da época

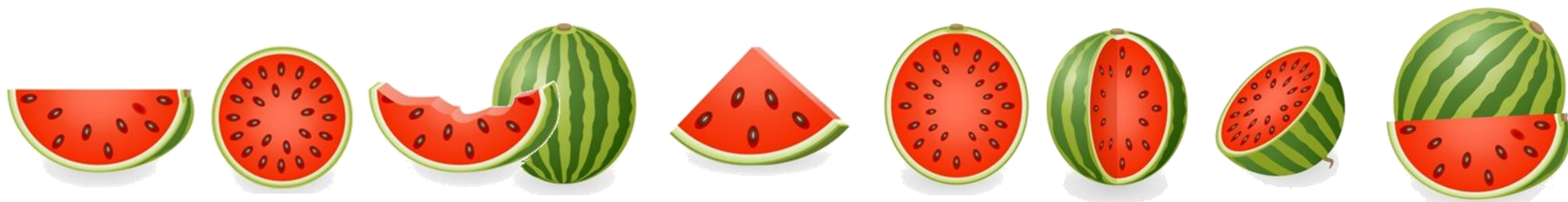
11/set

Sopa de macedónia
Massinha de peixe (maruca)
Fruta da época

Notas:

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





EMENTA DA INFANTIL

14/set

Sopa de couve-lombarda
Empadão de vitela (arroz e legumes)
Fruta da época

15/set

Sopa de feijão verde
Peixe lascado no forno com batatas e macedónia (abrótea)
Fruta da época

16/set

Sopa juliana
Arroz de peru no forno
Fruta da época

17/set

Creme de cenoura
Frango estufado com arroz e brócolos
Fruta da época

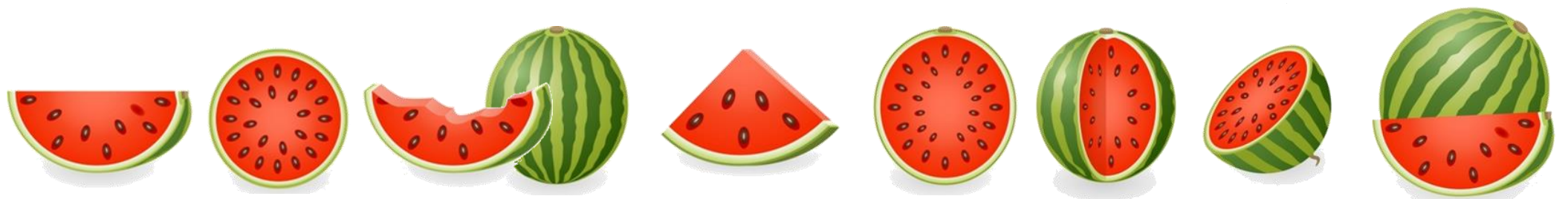
18/set

Sopa de alface
Pescada cozida com batatas, couve-flor e cenoura
Fruta da época

Notas:

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





EMENTA DA INFANTIL

21/set

Sopa de couve-flor
Bife de frango com arroz, ervilhas e cenoura
Fruta da época

22/set

Sopa de couve-branca
Salada de pescada com batatas e macedónia
Fruta da época

23/set

Canja
Vitela estufada simples com esparguete e courgette
Fruta da época

24/set

Sopa de legumes
Bife de peru com arroz e feijão-verde
Fruta da época

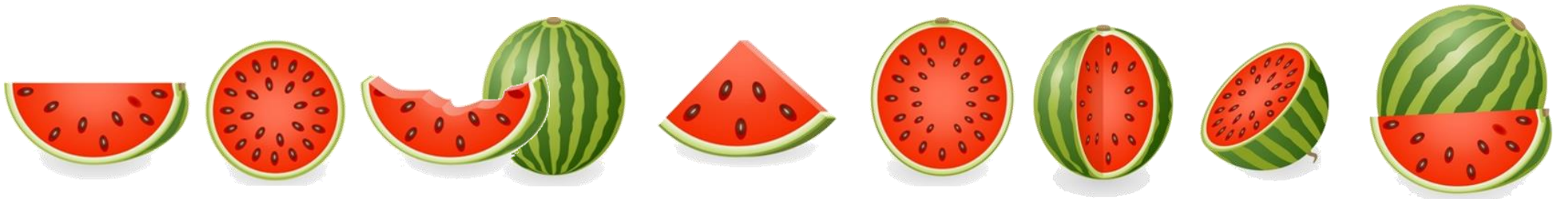
25/set

Sopa de feijão verde
Pescada com batatas e cenoura salteada
Fruta da época

Notas:

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





EMENTA DA INFANTIL

28/set

Sopa de espinafres
Tirinhas de carne de vaca com arroz e cenoura
Fruta da época

29/set

Creme de ervilhas
Douradinhos no forno com arroz de tomate
Fruta da época

30/set

Sopa de macedónia
Perna de frango com esparguete e courgette
Fruta da época

01/out

Sopa de nabiças
Carne de porco à jardineira
Fruta da época

02/out

Sopa de cenoura
Massinha de maruca e legumes
Fruta da época

Notas:

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

