

EMENTA

Creche



Segunda-feira 3 de Junho	Sopa Prato Sobremesa Lanche	Feijão e Couve Medalhões de Pescada no Forno com Arroz Primavera e Couve-flor Maçã Iogurte Sólido Natural/Aromas, Bolacha Aveia/Maria e Peça de Fruta da Época
Terça-feira 4 de Junho	Sopa Prato Sobremesa Lanche	Repolho Cubos de Perú com Massa Penne e Salada Mista Nectarina Panquecas de Mirtilo e Limão com Iogurte Natural
Quarta-feira 5 de Junho	Sopa Prato Sobremesa Lanche	Legumes Bacalhau, Cenoura e Alho Francês Laminado à Brás com Salada de Tomate e Pepino Gelatina/Pera Ovo Mexido com Queijo e Pão de Cereais
Quinta-feira 6 de Junho	Sopa Prato Sobremesa Lanche	Couve Branca Bifinhos de Frango com Cogumelos, Puré de Batata e Salada de Tomate Melancia Papa de Cereais
Sexta-feira 7 de Junho	Sopa Prato Sobremesa Lanche	Creme de Cenoura Massada de Peixe (variedade de peixes) e Salada de Verdes Banana Iogurte de Aromas com Pão de Cereais – Manteiga e/ou Queijo/Fiambre de Aves

EMENTA

Creche



Segunda-feira 10 de Junho Feriado	Sopa Prato Sobremesa Lanche	
Terça-feira 11 de Junho	Sopa Prato Sobremesa Lanche	Nabiças Frango Assado com Massa Talharim e Salada de Cenoura Maçã Batido de Fruta (Banana, Laranja e Cenoura) e 2 Bolachas Aveia
Quarta-feira 12 de Junho	Sopa Prato Sobremesa Lanche	Juliana Solha no Forno com Alho e Azeite com Batata Cozida e Salada de Tomate Melo Ovo Mexido com Queijo e Pão de Cereais
Quinta-feira 13 de Junho	Sopa Prato Sobremesa Lanche	Courgette e Alho Francês Espetadas de Perú com Arroz de Cenoura e de Lentilhas com Salada Mista Tangerina/Clementina Papa de Cereais
Sexta-feira 14 de Junho	Sopa Prato Sobremesa Lanche	Agrião Salmão Grelhado com Limão com Puré de Batata e Brócolos Salada de Frutas da Época Iogurte de Aromas com Pão de Cereais – Manteiga e/ou Queijo/Fiambre de Aves

EMENTA
Creche



Segunda-feira 17 de Junho	Sopa	Brócolos e Coentros
	Prato	Strogonoff de Perú com Esparguete Tricolor e Salada de Alface
	Sobremesa	Pera
	Lanche	logurte Sólido Natural/Aromas, Bolacha Aveia/Maria e Peça de Fruta da Época

Terça-feira 18 de Junho	Sopa	Courgette
	Prato	Arroz de Polvo, Pota e Choco com Salada Mista
	Sobremesa	Melão
	Lanche	Papas de Aveia com Banana e Canela

Quarta-feira 19 de Junho	Sopa	Abóbora
	Prato	Perna de Frango com Molho de Limão, Massa de Laços Tricolor e Salada Mista
	Sobremesa	Gelatina/Maçã
	Lanche	Ovo Mexido com Queijo e Pão de Cereais

Quinta-feira 20 de Junho	Sopa	Couve Branca
	Prato	Salada de Pescada (pescada, batata, cenoura, brócolos, couve-flor, courgette e ovo)
	Sobremesa	Morangos
	Lanche	Papa de Cereais

Sexta-feira 21 de Junho	Sopa	Creme de Cenoura
	Prato	Esparguete à Bolonhesa com Cenoura com Brócolos
	Sobremesa	Banana
	Lanche	logurte de Aromas com Pão de Cereais – Manteiga e/ou Queijo/Fiambre de Aves

EMENTA

Creche



Segunda-feira 24 de Junho	Sopa	Agrião
	Prato	Salada de Bacalhau (bacalhau, grão, batata, cenoura, feijão verde e ovo cozido)
	Sobremesa	Ameixa
	Lanche	Iogurte Sólido Natural/Aromas, Bolacha Aveia/Maria e Peça de Fruta da Época

Terça-feira 25 de Junho	Sopa	Couve-Flor
	Prato	Bife de Frango Grelhado com Massa Laços e Cogumelos e Salada de Alface
	Sobremesa	Melancia
	Lanche	Panquecas de Mirtilo e Limão com Iogurte

Quarta-feira 26 de Junho	Sopa	Espinafres
	Prato	Perca no Forno com Batata Cozida e Esparregado
	Sobremesa	Maçã
	Lanche	Ovo Mexido com Queijo e Pão de Cereais

Quinta-feira 27 de Junho	Sopa	Creme de Coentros
	Prato	Hambúrguer de Vitela Grelhado com Arroz de Cenoura e Brócolos
	Sobremesa	Melo
	Lanche	Papa de Cereais

Sexta-feira 28 de Junho	Sopa	Sopa de Peixe
	Prato	Massa Fusili Tricolor com Salmão, Espinafres e Tomate Cherry no Forno
	Sobremesa	Banana
	Lanche	Iogurte de Aromas com Pão de Cereais – Manteiga e/ou Queijo/Fiambre de Aves