

Ementa semanal

Dia de 04/12/2017 até 07/12/2017



	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa: Creme de legumes	Sopa Feijão encarnado com hortaliças	Sopa: Creme de espinafres	Sopa: Creme de feijão com legumes	Feriado
	Prato principal: Esparguete à bolonhesa A acompanhar: salada mista (com milho)	Prato principal: Bacalhau com natas A acompanhar: salada de alface	Prato principal: Salsichas frescas com couve lombarda e com arroz branco	Prato principal: Salada de atum (quente) com feijão-frade, batata, cenoura e ovo cozido	
	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Gelatina	Sobremesa: Fruta	
	Lanche Leite com cereais Peça de fruta	Lanche Sumo néctar de pêsego Pão com queijo	Lanche Leite Pão com fiambre	Lanche Iogurte de aromas Bolacha (Torrada ou Maria) Peça de fruta	

Sala "Dalí" (Berçário e Aquisição à marcha)

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa: Creme de legumes	Sopa Creme de cenoura	Sopa: Creme de espinafres	Sopa: Creme de feijão com legumes	Feriado
	Prato principal: Esparguete à bolonhesa	Prato principal: Peixe grelhado com batatas e cenoura	Prato principal: Bifinhos de frango com arroz	Prato principal: Salada de pescada (quente) com batata, cenoura e ovo cozido	
	Sobremesa: Fruta	Sobremesas: Fruta	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	
Lanche Papas variadas (Cerelac ou Nestum)	Lanche Iogurte natural Bolacha (Maria ou torrada)	Lanche Fruta ralada e/ou esmigalhada Bolacha (Torrada ou Maria)	Lanche Iogurte Natural Bolacha (Torrada ou Maria)		

As ementas poderão sofrer alterações em função de eventuais necessidades.



	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa:	Sopa:	Sopa:	Sopa:	Sopa:
	Creme de <i>Courgettes</i>	Creme de legumes	Abóbora com ervilhas	Cenoura com nabiças	Creme com lombardo
	Prato principal:	Prato principal:	Prato principal:	Prato principal:	Prato principal:
	Choco à primavera com arroz de manteiga A acompanhar: salada de alface com coentros	Almôndegas com esparguete A acompanhar: salada mista	Pescada com batata, cenoura, brócolos e ovo cozido	Lasanha de carne A acompanhar: salada de tomate	Lulas à Sevilhana com arroz de legumes A acompanhar: salada de alface
	Sobremesa:	Sobremesa:	Sobremesa:	Sobremesa:	Sobremesa:
Fruta	Fruta	Gelatina	Fruta	Fruta	
Lanche	Leite	logurte líquido com cereais	Leite	Sumo néctar de pera	logurte de aromas
	Pão com fiambre	Peça de fruta	Bolos secos	Pão com queijo	Bolacha (Torrada ou Maria)
			Peça de fruta		Peça de fruta

Sala “Dalí” (Berçário e Aquisição à marcha)

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa:	Sopa:	Sopa:	Sopa:	Sopa:
	Creme de <i>Courgettes</i>	Creme de legumes	Abóbora com ervilhas	Cenoura com nabiças	Creme de lombardo
	Prato principal:	Prato principal:	Prato principal:	Prato principal:	Prato principal:
	Salmão grelhado com legumes	Almôndegas com esparguete	Pescada com batata e ovo cozido A acompanhar: brócolos e cenoura cozida	Esparguete à bolonhesa	Salada russa de peixe (quente)
Sobremesa:	Sobremesa:	Sobremesa:	Sobremesa:	Sobremesa:	
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
Lanche	logurte Natural	Papas variadas (Cerelac ou Nestum)	logurte Natural	Papas variadas (Cerelac ou Nestum)	logurte Natural
	Bolacha (Torrada ou Maria)		Bolacha (Torrada ou Maria)		Bolacha (Torrada ou Maria)

Ementa semanal

Dia 18/12/2017 até 22/12/2017



	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa:	Sopa:	Sopa:	Sopa:	Sopa:
	Creme de grão com espinafres	Creme de ervilhas	Feijão encarnado com hortaliça	Agrião	Creme brócolos
	Prato principal:	Prato principal:	Prato principal:	Prato principal:	Prato principal:
	Rancho à Portuguesa A acompanhar: salada de alface com coentros	Desfiada de bacalhau com grão, batata e ovo cozido A acompanhar: salada de tomate	Jardineira de frango A acompanhar: salada de alface e tomate	Feijoada de lulas com delícias do mar e arroz de manteiga A acompanhar: salada mista	Bifanas c/ feijão preto e arroz branco A acompanhar: salada de alface com laranja
Sobremesa:	Sobremesa:	Sobremesa:	Sobremesa:	Sobremesa:	
Fruta	Fruta	Gelatina	Fruta	Fruta	
Lanche	Leite	Leite com cereais	logurte de aroma	Sumo néctar de Manga/laranja	logurte líquido
	Pão com queijo	Peça de fruta	Pão com fiambre	Torradas com manteiga e ou doce	Bolacha (Torrada ou Maria) Peça de fruta

Sala “Dalí” (Berçário e Aquisição à marcha)

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa:	Sopa:	Sopa:	Sopa:	Sopa:
	Creme de grão com espinafres	Creme de ervilhas	Feijão encarnado com hortaliça	Agrião	Creme brócolos
	Prato principal:	Prato principal:	Prato principal:	Prato principal:	Prato principal:
	Bifinhos de frango com arroz	Peixe cozido com legumes	Frango assado com arroz de ervilhas	Salmão grelhado com arroz de manteiga	Tiras de frango salteadas com arroz branco
Sobremesa:	Sobremesa:	Sobremesa:	Sobremesa:	Sobremesa:	
Fruta	Fruta	Gelatina	Fruta	Fruta	
	Papas variadas (Cerelac ou Nestum)	logurte Natural Bolacha (Torrada ou Maria)	Papas variadas (Cerelac ou Nestum)	logurte Natural Bolacha (Torrada ou Maria)	Papas variadas (Cerelac ou Nestum)

As ementas poderão sofrer alterações em função de eventuais necessidades.

Ementa semanal

Dia 26/12/2017 até 29/12/2017



	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Natal	Sopa: Juliana	Sopa: Abóbora com agrião	Sopa: Creme de legumes	Sopa: Creme de courgettes
		Prato principal: Pá de porco assada <i>A acompanhar:</i> arroz manteiga e salada alface com cenoura ralada	Prato principal: Pescada com legumes e ovo cozido	Prato principal: Lasanha de frango com espinafres <i>A acompanhar:</i> salada mista	Prato principal: Massada do mar <i>A acompanhar:</i> salada de alface
		Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Gelatina	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta
		Sumo	logurte de aromas com cereais	Sumo néctar de manga/laranja Torradas com manteiga/doce	logurte líquido
		Pão com fiambre	Peça de fruta		Bolacha (Torrada ou Maria) Peça de fruta

Sala “Dali” (Berçário e Aquisição à marcha)

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Natal	Sopa: Juliana	Sopa: Abóbora com agrião	Sopa: Creme de legumes	Sopa: Creme de courgettes
		Prato principal: Pernas de frango estufadas com esparguete	Prato principal: Pescada com batata e ovo cozido	Prato principal: Esparguete à bolonhesa	Prato principal: Massada do mar
		Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta
		Papas variadas (Cerelac ou Nestum)	logurte Natural Bolacha (Torrada ou Maria)	Papas variadas (Cerelac ou Nestum)	logurte Natural Bolacha (Torrada ou Maria)

As ementas poderão sofrer alterações em função de eventuais necessidades.