

Ementa semanal Dia 02/04/2018 até 06/04/2018



	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	Peixe assado no forno com arroz branco A acompanhar: salada de alface
Lanche	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)
Lanche	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)

As ementas poderão sofrer alterações em função de eventuais necessidades.



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

Sala “Dalí” (Berçário e Aquisição à marcha)

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

Ementa semanal Dia 16/04/2018 até 20/04/2018



	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa:	Sopa:	Sopa:	Sopa:	Sopa:
	Feião com lombardo	Juliana	Abóbora com agrião	Creme de legumes	Creme de courgettes
	Prato principal:	Prato principal:	Prato principal:	Prato principal:	Prato principal:
	Esparguete à Carbonara <i>A acompanhar:</i> salada de alface com coentros	Pá de porco assada <i>A acompanhar:</i> arroz manteiga e salada alface com cenoura ralada	Pescada com legumes e ovo cozido	Lasanha de frango com espinafres <i>A acompanhar:</i> salada mista	Massada do mar <i>A acompanhar:</i> salada de alface
Sobremesa:	Sobremesa:	Sobremesa:	Sobremesa:	Sobremesa:	
Fruta	Fruta	Gelatina	Fruta	Fruta	
Lanche	Leite	Sumo	logurte de aromas com cereais	Sumo néctar de manga/laranja	logurte líquido
	Pão com queijo	Pão com fiambre	Peça de fruta	Torradas com manteiga/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 cenoura	Juliana	Abóbora com agrião	Creme de legumes	Creme de courgettes
	Prato principal:	Prato principal:	Prato principal:	Prato principal:	Prato principal:
	Perca grelhada com arroz de tomate	Pernas de frango estufadas com esparguete	Pescada com batata e ovo cozido	Esparguete à bolonhesa	Massada do mar
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)

As ementas poderão sofrer alterações em função de eventuais necessidades.

Ementa semanal

Dia 23/04/2018 até 27/04/2018



	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Almoço	Sopa: Canja	Sopa: Feijão branco com lombardo	Feriado	Sopa: Grão com espinafres	Sopa: Creme de abóbora	
	Prato principal: Frango assado com limão e massa <i>penne</i> <i>A acompanhar:</i> cenoura ralada	Prato principal: Salada de pescada (com cenoura, ovo e brócolos)		Prato principal: Bacalhau à Gomes de Sá (com batata e ovo cozido) <i>A acompanhar:</i> salada de alface com coentros	Prato principal: Rolo de carne misto (queijo e fiambre) com esparguete <i>A acompanhar:</i> salada mista	
	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta		Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Salada de frutas	
	Lanche	Leite Pão com queijo		Sumo néctar tropical Pão com doce e/ou manteiga	logurte de aromas	Leite
					Bolacha (Torrada ou Maria) Peça de fruta	Pão com fiambre

Sala “Dalí” (Berçário e Aquisição à marcha)

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa: Creme de legumes	Sopa: Creme de cenoura com lombardo	Feriado	Sopa: Creme de espinafres	Sopa: Creme de abóbora
	Prato principal: Tiras de frango com massa <i>penne</i>	Prato principal: Peixe grelhado com batatas, cenoura e feijão verde		Prato principal: Peixe cozido (com batata, ovo cozido, cenoura e grão)	Prato principal: Bifinhos de peru com esparguete
	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta		Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta
	Lanche	Papa Cerelac		logurte Natural Bolacha (Tostada ou Maria)	Fruta ralada com bolacha [Berçário] Leite com Pão [Aquisição]

As ementas poderão sofrer alterações em função de eventuais necessidades.



	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa: Creme de abóbora com ervilhas	Feriado	Sopa: Juliana	Sopa: Feijão manteiga com hortaliças	Sopa: Creme de <i>Courgettes</i>
	Prato principal: Esparguete com atum, cogumelos e natas <i>A acompanhar:</i> cenoura ralada		Prato principal: Lulas à primavera com arroz manteiga <i>A acompanhar:</i> salada de alface	Prato principal: Peru estufado com esparguete <i>A acompanhar:</i> salada de alface	Prato principal: Filetes panados com arroz de tomate <i>A acompanhar:</i> salada de alface com coentros
	Sobremesa: Fruta		Sobremesa: Pudim de caramelo	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta
	Lanche Leite Pão com fiambre		Sumo néctar de pera Pão com queijo	logurte líquido com cereais Peça de fruta	Leite Pão com fiambre

Sala “Dalí” (Berçário e Aquisição à marcha)

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa: Creme de abóbora com ervilhas	Feriado	Sopa: Juliana	Sopa: Sopa com hortaliça	Sopa: Creme de <i>Courgettes</i>
	Prato principal: Maruca cozida com batata, cenoura e brócolos		Prato principal: Salmão grelhado com arroz branco	Prato principal: Peru estufado com esparguete	Prato principal: Filetes de pescada grelhados com arroz
	Sobremesa: Fruta		Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta
Lanche Iogurte Natural Bolacha (Torrada ou Maria)		Iogurte Natural Bolacha (Torrada ou Maria)	Papas variadas (Cerelac ou Nestum)	Iogurte Natural Bolacha (Torrada ou Maria)	