



	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa: Creme de abóbora com ervilhas	Sopa: Creme de agrião	Sopa: Juliana	Sopa: Feijão manteiga com hortaliças	Feriado
	Prato principal: Esparguete com atum, cogumelos e natas <i>A acompanhar:</i> cenoura ralada	Prato principal: Bifinhos de frango de cebolada com massa espiral <i>A acompanhar:</i> salada mista	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	
	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Pudim de caramelo	Sobremesa: Fruta	
	Lanche Leite Pão com fiambre	logurte de aromas Torradas com manteiga e/ou doce	Sumo néctar de pera Pão com queijo	logurte líquido com cereais Peça de fruta	

Sala “Dalí” e “Miró” (Berçário e Aquisição à marcha)

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa: Creme de abóbora com ervilhas	Sopa: Creme de agrião	Sopa: Juliana	Sopa: Sopa com hortaliça	Feriado
	Prato principal: Maruca cozida com batata, cenoura e brócolos <i>A acompanhar:</i> cenoura e feijão verde cozidos	Prato principal: Bifinhos de frango grelhados com massa espiral	Prato principal: Salmão grelhado com arroz branco	Prato principal: Peru estufado com esparguete	
	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	
	Lanch logurte Natural Bolacha (Torrada ou Maria)	Papas variadas (Cerelac ou Nestum)	logurte Natural Bolacha (Torrada ou Maria)	Papas variadas (Cerelac ou Nestum)	



	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa: Canja	Sopa: Creme de espinafres	Sopa: Abóbora com agrião	Sopa: Creme de cenoura com ervilhas	Feriado
	Prato principal: Almôndegas com esparguete <i>A acompanhar:</i> salada de alface com cenoura ralada	Prato principal: Massada de peixe <i>A acompanhar:</i> salada de alface com cenoura ralada	Prato principal: Perna de porco assada no forno com arroz de cenoura <i>A acompanhar:</i> espinafres salteados	Prato principal: Salada de pescada (quente) com batata e legumes (cenoura e feijão verde)	
	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Gelatina	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	
	Lanche	Leite com cereais	Sumo néctar de pêssigo	Leite	
Peça de fruta		Pão com queijo	Pão com fiambre	Bolacha (Torrada ou Maria) Peça de fruta	

Sala “Dalí” e “Miró” (Berçário e Aquisição à marcha)

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa: Creme de legumes	Sopa: Creme de espinafres	Sopa: Abóbora com agrião	Sopa: Creme de cenoura com ervilhas	Feriado
	Prato principal: Almôndegas com esparguete	Prato principal: Perca cozida com arroz de manteiga	Prato principal: Bifes de frango grelhados com arroz de cenoura	Prato principal: Salada de pescada (quente) c/ batata e legumes (cenoura e feijão verde)	
	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	
Lanch	Papas variadas (Cerelac ou Nestum)	logurte Natural	Fruta ralada e/ou esmigalhada	logurte Natural	
		Bolacha (Torrada ou Maria)	Bolacha (Torrada ou Maria)	Bolacha (Torrada ou Maria)	



	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa: Nabiças	Sopa: Creme de legumes	Sopa: Feijão frade	Sopa: Caldo Verde	Feriado
	Prato principal: Douradinhos com arroz de ervilhas <i>A acompanhar:</i> Salada de alface e milho	Prato principal: Arroz de pato <i>A acompanhar:</i> salada de alface com rodela de laranja	Prato principal: Salada de atum com feijão frade <i>A acompanhar:</i> salada de tomate	Prato principal: Lasanha de carne <i>A acompanhar:</i> salada mista	
	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Arroz doce	Sobremesa: Fruta	
	Lanche	Leite Pão com manteiga/doce	logurte líquido com cereais Peça de fruta	Leite Pão com fiambre	

Sala “Dalí” e “Miró” (Berçário e Aquisição à marcha)

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa: Nabiças	Sopa: Creme de legumes	Sopa: Creme de legumes	Sopa: Caldo Verde	Feriado
	Prato principal: Salmão grelhado com batata, cenoura e brócolos cozidos	Prato principal: Arroz de Pato	Prato principal: Peixe cozido com legumes	Prato principal: Esparguete à bolonhesa	
	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	
	Lanch	logurte Natural Bolacha (Torrada ou Maria)	Papas variadas (Cerelac ou Nestum)	logurte Natural Bolacha (Torrada ou Maria)	

Ementa semanal

Dia 27/06/ 2022 até 01 /07/2022



	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa: Canja	Sopa: Feijão com hortaliças	Sopa: Creme de ervilhas	Sopa: Agrião	Sopa: Creme de brócolos
	Prato principal: Empadão de carne <i>A acompanhar:</i> salada de alface com cenoura ralada	Prato principal: Feijoada de choco com arroz de manteiga <i>A acompanhar:</i> salada mista de alface e tomate	Prato principal: Arroz à valenciana <i>A acompanhar:</i> salada de tomate	Prato principal: Massada de bacalhau <i>A acompanhar:</i> salada de alface com coentros	Prato principal: Pernas de frango assadas com esparguete <i>A acompanhar:</i> salada de alface com milho
	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Gelatina	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta
	Lanche Leite Pão com queijo	logurte de aromas Pão com fiambre	Leite com cereais Peça de fruta	Sumo néctar laranja/manga Torradas com manteiga e/ou doce Peça de fruta	Leite Bolacha (Torrada ou Maria) Peça de fruta

Sala “Dalí” e “Miró” (Berçário e Aquisição à marcha)

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa: Creme de legumes	Sopa: Creme de ervilhas	Sopa: Creme de ervilhas	Sopa: Agrião	Sopa: Creme de brócolos
	Prato principal: Esparguete à bolonhesa	Prato principal: Lombos de pescada cozida com batata e cenoura	Prato principal: Bifinhos de frango com arroz de ervilhas	Prato principal: Massada de peixe	Prato principal: Pernas desfiadas de frango com esparguete
	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Gelatina	Sobremesa: Fruta	Sobremesa: Fruta
	Lanche Papas variadas (Cerelac ou Nestum)	logurte Natural Bolacha (Torrada ou Maria)	Fruta ralada e/ou esmigalhada Bolacha (Torrada ou Maria)	logurte Natural Bolacha (Torrada ou Maria)	Papas variadas (Cerelac ou Nestum)

As ementas poderão sofrer alterações em função de eventuais necessidades.