

Ementa - 18 a 22 de janeiro

2ªFeira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
1º Berçário				

Almoço	Creme de legumes com abóbora e pescada	Creme de legumes com feijão-verde e vitela	Creme de legumes com cenoura e maruca	Creme de legumes com alface e borrego	Creme de legumes com alho-francês e solha
	Maruca cozida com batatas e cenoura cozida	Vitela cozida com esparguete	Pescada cozida com arroz de legumes	Borrego cozido com arroz branco	Solha cozida com batatas cozidas
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Leite	logurte de aromas	Leite	Pão simples	Leite
Lanche	Pão simples	Pão simples	Pão simples	Pão com/sem manteiga	Pão simples

2ªFeira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
2º Berçário				

Almoço	Creme de legumes com abóbora e pescada	Creme de legumes com feijão-verde e vitela	Creme de legumes com espinafres e maruca	Creme de legumes com alface e borrego	Creme de legumes com alho-francês e solha
	Maruca cozida com batatas e cenoura cozida	Carne à bolonhesa com esparguete	Pescada cozida com arroz de legumes	Arroz de carne no forno	Peixe à Gomes de Sá
	Salada de alface	Fruta	Salada de alface	Salada de alface	Salada de alface
	Fruta	Fruta ou gelatina	Fruta	Fruta	Fruta
Lanche	Leite	logurte de aromas	Leite	logurte de aromas	Leite
	Pão com/sem manteiga	Pão com/sem manteiga	Pão com/sem manteiga	Pão com/sem manteiga	Pão com/sem manteiga

2ªFeira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Salas Parque				

Almoço	Creme de legumes	Creme de cenoura	Creme de legumes com feijão branco	Creme de abóbora	Creme macedónia de legumes
	Maruca cozida com batatas e cenoura cozida	Carne à bolonhesa com esparguete	Pescada cozida com arroz de legumes	Arroz de carne no forno	Peixe à Gomes de Sá
	Salada de alface	Salada de alface e tomate	Salada de alface e tomate	Salada de alface e tomate	Salada de alface
	Fruta	Fruta ou gelatina	Fruta ou gelatina	Fruta ou leite-creme	Fruta
Lanche	Leite simples / Leite com aroma de canela	logurte de aromas	Leite simples / Leite com cevada	logurte de aromas	Leite simples / Leite com nesquick
	Pão com doce de morango/manteiga	Pão com fiambre/manteiga	Pão com mortadela/manteiga	Pão com queijo/manteiga	Pão com manteiga

2ªFeira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Geral/ Pré-Escolar e CATL				

Almoço	Creme de legumes	Creme de cenoura	Creme de legumes com feijão branco	Creme de abóbora	Creme macedónia de legumes
	Lombinhos de pescada no forno com batatas e cenoura cozida	Carne à bolonhesa com esparguete	Douradinhos no forno com arroz de legumes	Arroz de carne no forno	Bacalhau à Gomes de Sá
	Salada de alface	Salada de alface e tomate	Salada de alface e tomate	Salada de alface e tomate	Salada de alface
	Fruta	Fruta ou gelatina	Fruta	Fruta ou leite-creme	Fruta
Lanche	Leite simples / Leite com aroma de canela	logurte de aromas	Leite simples / Leite com cevada	logurte de aromas	Leite simples / Leite com nesquick
	Pão com doce de morango/manteiga	Pão com fiambre/manteiga	Pão com mortadela/manteiga	Pão com queijo/manteiga	Pão com manteiga