

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Jardim de Infância	SOPA	Abóbora com hortelã	Agrião	Sopa de peixe (1,3,4)	Juliana de legumes	Creme de brócolos
	GERAL	Massa estufada com peru, cenoura e feijão-verde (1,3)	Red-fish no forno com batata cozida e brócolos (4)	Hambúrguer de vaca grelhado com arroz de cenoura e salada mista (1,3,6,7,12)	Pescada cozida com todos (3,4)	Carne de porco à primavera com arroz branco
	SOBREMESA	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época

As ementas expostas estão sujeitas a alterações por razões operacionais

Para qualquer esclarecimento ou dúvida acerca da ementa ou alergénios contactar a equipa de nutrição

ELABORADO PELAS NUTRICIONISTAS Veronika Blazhchuk (3216N) / Adriana Folgado (4763N)

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Jardim de Infância	SOPA	Nabiças	Creme de abóbora com hortelã	Creme de alho-francês	Feijão branco com espinafres	Canja (1,3)
	GERAL	Filetes de pescada no forno com arroz e brócolos cozidos (4)	Pá de porco estufada com arroz alegre, salada (12)	Solha no forno com batata assada e grelos salteados (4)	Bife de frango grelhado com molho de limão, esparguete e salada (1,3)	Douradinhos de pescada com arroz de cenoura e salada mista (1 a 14)
	SOBREMESA	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época

As ementas expostas estão sujeitas a alterações por razões operacionais

Para qualquer esclarecimento ou dúvida acerca da ementa ou alergénios contactar a equipa de nutrição

ELABORADO PELAS NUTRICIONISTAS Veronika Blazhchuk (3216N) / Adriana Folgado (4763N)

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Jardim de Infância	SOPA	Primavera	Creme de brócolos com coentros	Agrião	Caldo verde (6,12)	Abóbora e couve-flor
	GERAL	Perna de peru assada com massa espiral e salada (1,3)	Meia desfeita de bacalhau com batata, grão, ovo e cenoura (3,4)	Perna de frango estufada simples com arroz de legumes	Perca grelhada com batata cozida e brócolos (4)	Esparguete à bolonhesa com salada mista (1,3)
	SOBREMESA	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Gelatina	Fruta da Época

As ementas expostas estão sujeitas a alterações por razões operacionais

Para qualquer esclarecimento ou dúvida acerca da ementa ou alergénios contactar a equipa de nutrição

ELABORADO PELAS NUTRICIONISTAS Veronika Blazhchuk (3216N) / Adriana Folgado (4763N)

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Jardim de Infância	SOPA	Primavera	Nabiças	Abóbora	Cenoura com coentros	FERIADO
	GERAL	Peixe espada com batata e feijão-verde cozido (4)	Strogonoff de frango com batata frita, salada de alface e cenoura ralada (7)	Massinha de pescada com macedónia (1,3,4)	Cubos de vaca no tacho com arroz de ervilhas, salada de alface e tomate	
	SOBREMESA	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	

As ementas expostas estão sujeitas a alterações por razões operacionais

Para qualquer esclarecimento ou dúvida acerca da ementa ou alergénios contactar a equipa de nutrição

ELABORADO PELAS NUTRICIONISTAS Veronika Blazhchuk (3216N) / Adriana Folgado (4763N)