

EMENTA MENSAL

1ª Semana	Sopa	prato	sobremesa	lanche
Segunda-feira	Juliana	hamburguer c/massas coloridas	fruta	leite e pão c/mortadela de peru
Terça-feira	nabiças	filetes no forno c/arroz de cenoura	fruta	Nestum
Quarta-feira	alho francês	jardineira de vitela	fruta	leite e pão com doce de framboesa
Quinta-feira	legumes	peixe no forno	fruta	yoco e croissant
Sexta-feira	grão c/espinafres	rolo de carne com espinafres e queijo	fruta	leite e pão com manteiga
2ª Semana	Sopa	prato	sobremesa	lanche
Segunda-feira	Juliana	carne estufada c/massas de laços	fruta	leite e pão com queijo
Terça-feira	creme de coentros	arroz de peixe	fruta	iogurte e pão de leite c/manteiga
Quarta-feira	espinafres	bifinhos à Napolitana c/puré	fruta	leite e pão com marmelada
Quinta-feira	agrião	filetes no forno c/arroz primavera	fruta	cereais
Sexta-feira	creme de cenoura	frango estufado c/esparguete	fruta	leite e pão com manteiga
3ª Semana	Sopa	prato	sobremesa	lanche
Segunda-feira	caldo verde	esparguete à Bolonhesa	fruta	leite e pão com manteiga
Terça-feira	cenoura e coentros	bacalhau à Braz	fruta	yoco e croissant com mortadela de peru
Quarta-feira	Portuguesa	jardineira de frango	fruta	leite e pão com manteiga
Quinta-feira	nabiças	rissóis com arroz de tomate	fruta	bolo de iogurte com leite
Sexta-feira	alface	feijoada de peru	fruta	cerelac
4ª Semana	Sopa	prato	sobremesa	lanche
Segunda-feira	feijão	hamburguer c/batas noisette	fruta	leite e pão escuro c/fiambre de peru
Terça-feira	espinafres	bacalhau cozido c/batata e grão	fruta	cereais
Quarta-feira	alho francês	chili para meninos	fruta	sumo de manga e pão com queijo
Quinta-feira	feijão verde	peixe cozido	fruta	iogurte e pão de leite
Sexta-feira	abóbora	arroz à Valenciana	fruta	leite e pão com manteiga

Todas as refeições são acompanhadas com salada ou legumes cozidos/salteados

Em vigor a partir de 05/10/2015