



## EMENTA INFANTIL

### 05-out

Sopa  
Prato FERIADO  
Sobremesa

### 06-out

Sopa Creme de cenoura com pevide  
Prato Lombinhos de Pescada no Forno/ Batata/Brócolos  
Sobremesa Fruta da Época

### 07-out

Sopa Alho Francês  
Prato Perú Corado ao Natural/ Arroz / Couve Bruxelas  
Sobremesa Fruta da Época

### 08-out

Sopa Canja  
Prato Arroz de Frango/Legumes  
Sobremesa Fruta da Época

### 09-out

Sopa Macedónia  
Prato Lascas Bacalhau com Batatinha e Espinafres \*  
Sobremesa Fruta da Época  
Notas (\*):

*A ementa com os valores nutricionais e alergenicos encontra-se exposta no restaurante do colégio*



## EMENTA INFANTIL

### 12-out

Sopa	Creme de favas
Prato	Esparguete a Bolonhesa/ Cenoura Ralada
Sobremesa	Fruta da Época

### 13-out

Sopa	Espinafres
Prato	Bacalhau Fresco Cozido/ Couve- Flôr/ Batata
Sobremesa	Fruta da Época

### 14-out

Sopa	Creme abóbora
Prato	Bife de Perú/ Arroz/ Courgette
Sobremesa	Fruta da Época

### 15-out

Sopa	Brócolos
Prato	Perna de Frango Corada/ Esparguete/ Cenoura
Sobremesa	Fruta da Época

### 16-out

Sopa	Feijão verde
Prato	Pizza de Atum
Sobremesa	Fruta da Época

\*

#### Notas (\*):

*A ementa com os valores nutricionais e alergenicos encontra-se exposta no restaurante do colégio*



## EMENTA INFANTIL

### 19-out

Sopa	Macedónia
Prato	Croquetes de Carne/ Arroz/ Ervilhas / Cenoura
Sobremesa	Pure de Fruta da Época

### 20-out

Sopa	Lombardo e Feijão
Prato	Pescada Estufada/ Cotovelinhos/ Brócolos
Sobremesa	Pure de Fruta da Época

### 21-out

Sopa	Caldo Verde
Prato	Esparguete com Perú Cenoura ralada
Sobremesa	Pure de Fruta da Época

### 22-out

Sopa	Nabiças
Prato	Empadão de Carne de Vaca ( Arroz)
Sobremesa	Pure de Fruta da Época

### 23-out

Sopa	Creme de Alface
Prato	Maruca Cozida/ Batata/ Courgette
Sobremesa	Pure de Fruta da Época

#### Notas (\*):

*A ementa com os valores nutricionais e alergenicos encontra-se exposta no restaurante do colégio*