

INFANTIL EMENTA

4 a 8 Outubro



Segunda

Sopa	Sopa de espinafres
Prato	Croquetes de carne com arroz e salada
Sobremesa	Fruta da época

Terça

FERIADO

Quarta

Sopa	Sopa de macedónia
Prato	Tirinhas de vitela com esparguete e legumes salteados
Sobremesa	Fruta da época

Quinta

Sopa	Abóbora
Prato	Frango assado com arroz e cenoura
Sobremesa	Fruta da época

Sexta

Sopa	Juliana
Prato	Massada de peixe (Maruca)
Sobremesa	Fruta da época



Notas: A ementa com os valores nutricionais e alergénicos encontra-se exposta no restaurante do colégio

INFANTIL EMENTA

11 a 15 Outubro



Segunda

Sopa	Sopa de couve coração
Prato	Escalopes de vitela com arroz e salada
Sobremesa	Fruta da época

Terça

Sopa	Creme de cenoura
Prato	Massinha de peixe e legumes
Sobremesa	Fruta da época

Quarta

Sopa	Sopa de macedónia
Prato	Arroz de peru e cenoura
Sobremesa	Fruta da época

Quinta

Sopa	Creme de legumes
Prato	Frango com macarronete e legumes
Sobremesa	Fruta da época

Sexta

Sopa	Sopa de feijão-verde
Prato	Rissois de pescada com arroz de cenoura
Sobremesa	Fruta da época



Notas: A ementa com os valores nutricionais e alergénicos encontra-se exposta no restaurante do colégio

INFANTIL EMENTA

18 a 22 Outubro



Segunda

Sopa	Sopa de espinafres
Prato	Frango corado com arroz e salada
Sobremesa	Fruta da época

Terça

Sopa	Sopa de macedónia
Prato	Salmão com batata e brócolos
Sobremesa	Fruta da época

Quarta

Sopa	Creme de courgete
Prato	Bife de peru com arroz e couve-flor
Sobremesa	Fruta da época

Quinta

Sopa	Sopa de Abóbora
Prato	Escalopes de vitela com esparguete, ervilhas e cenoura
Sobremesa	Fruta da época

Sexta

Sopa	Sopa de alface
Prato	Pescada cozida com batata e feijão-verde
Sobremesa	Fruta da época



Notas: A ementa com os valores nutricionais e alergénicos encontra-se exposta no restaurante do colégio

INFANTIL EMENTA

25 a 29 Outubro



Segunda

Sopa	Creme de cenoura
Prato	Strogonoff de aves com arroz e salada
Sobremesa	Fruta da época

Terça

Sopa	Sopa de feijão-verde
Prato	Douradinhos no forno com salada russa
Sobremesa	Gelatina

Quarta

Sopa	Creme de abóbora
Prato	Febras á salsicheiro com arroz, alface e tomate ¹
Sobremesa	Fruta da época

Quinta

Sopa	Sopa de brócolos
Prato	Frango assado com esparguete e couve-flor
Sobremesa	Fruta da época

Sexta

Sopa	Sopa de espinafres
Prato	Arroz de peixe (pescada)
Sobremesa	Fruta da época



Notas: A ementa com os valores nutricionais e alergénicos encontra-se exposta no restaurante do colégio