



EMENTA CRECHE

30-nov

Sopa	Couve Coração
Prato	Esparguete á Bolonhesa/Alface e Tomate
Sobremesa	Fruta

01-dez

Sopa	
Prato	Feriado
Sobremesa	

02-dez

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

03-dez

Sopa	Creme de Brócolos
Prato	Frango/Macarronete/Legumes Salteados
Sobremesa	Puré de Fruta da Época

04-dez

Sopa	Macedónia
Prato	Pescada Cozida/Batata/Brócolos e Cenoura
Sobremesa	Puré de Fruta da Época

Notas (*):

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



EMENTA CRECHE

07-dez

Sopa	Espinafres
Prato	Frango Corado/Arroz/Salada
Sobremesa	Pure de Fruta da Época

08-dez

Sopa	
Prato	Feriado
Sobremesa	

09-dez

Sopa	Creme de Cenoura
Prato	Bife de Perú/ Esparguete/ Couve-Flôr
Sobremesa	Puré de Fruta da Época

10-dez

Sopa	Nabiças
Prato	Escalopes de Vitela/Arroz/ Ervilhas e Cenoura
Sobremesa	Puré de Fruta da Época

11-dez

Sopa	Alface
Prato	Pescada Cozida/ Batata/ Feijão Verde
Sobremesa	Pure de Fruta da Época

*

Notas (*):

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



EMENTA CRECHE

14-dez

Sopa	Creme de Cenoura
Prato	Borrego/ Arroz/ Ervilhas / Cenoura
Sobremesa	Pure de Fruta da Época

15-dez

Sopa	Feijão Verde
Prato	Pescada Estufada/Batata/ Brócolos/Cenoura
Sobremesa	Pure de Fruta da Época

16-dez

Sopa	Creme de Abóbora
Prato	Perú/Cotovelinho/Cenoura Ralada
Sobremesa	Pure de Fruta da Época

17-dez

Sopa	Brócolos
Prato	Frango Assado/Esparguete Couve-Flôr
Sobremesa	Pure de Fruta da Época

18-dez

Sopa	Espinafres
Prato	Arroz de Peixe
Sobremesa	Pure de Fruta da Época

Notas (*):

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