



## EMENTA CRECHE

### 01/nov

Sopa

Prato

Feriado

Sobremesa

### 02/nov

Sopa

Feijão Verde

Prato

Saladinha de Salmão c/ Massa Tricolor

Sobremesa

Fruta

### 03/nov

Sopa

Juliana

Prato

Frango Estufado /Arroz/Couve Cenoura

Sobremesa

Fruta da Época

### 04/nov

Sopa

Creme de Legumes

Prato

Borrego Estufado/Batata/Brócolos

Sobremesa

Fruta Época

### 05/nov

Sopa

Alho Francês

Prato

Massinha de Peixe (Maruca)

Sobremesa

Fruta da Época

Notas (\*):

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



## EMENTA CRECHE

### 08/nov

Sopa	Nabo e Cenoura
Prato	Carne de Vaca/ Tagliatelle/Cenoura e Alface
Sobremesa	Puré de Fruta da Época

### 09/nov

Sopa	Couve Coração
Prato	Empadão de Peixe (Arroz)
Sobremesa	Gelatina

### 10/nov

Sopa	Nabiças
Prato	Jardineira de Frango
Sobremesa	Puré de Fruta da Época

### 11/nov

Sopa	Creme de Alface
Prato	Perú Desfiado / Arroz/ Alface e Tomate
Sobremesa	Puré de Fruta da Época

### 12/nov

Sopa	Creme de Abóbora
Prato	Salada de Salmão c/ Espirais e Legumes
Sobremesa	Fruta da Época

#### Notas (\*):

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



## EMENTA CRECHE

### 15/nov

Sopa	Creme de Legumes
Prato	Esparguete á bolonhesa
Sobremesa	Puré de fruta da época

### 16/nov

Sopa	Feijão Verde
Prato	Peixe Lascado no Forno/ Batata/ Macedónia (Abrótea)
Sobremesa	Puré de fruta da época

### 17/nov

Sopa	Creme de Cenoura
Prato	Arroz de Perú no Forno
Sobremesa	Puré de fruta da época

### 18/nov

Sopa	Macedónia
Prato	Carne de Vaca Estufada/Esparguete/ Alface e Cenoura
Sobremesa	Puré de Fruta da Época

### 19/nov

Sopa	Espinafres
Prato	Massinha de peixe (Pescada)
Sobremesa	Fruta

#### Notas (\*):

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



## EMENTA CRECHE

### 22/nov

Sopa	Couve Flôr
Prato	Bife de Perú/ Arroz/ Ervilhas/ Cenouras
Sobremesa	Pure de Fruta da Época

### 23/nov

Sopa	Couve Branca
Prato	Bacalhau Fresco Lascado/ Batata/ Macedónia
Sobremesa	Puré de Fruta da Época

### 24/nov

Sopa	Alface
Prato	Arroz de Frango
Sobremesa	Puré de Fruta da Época

### 25/nov

Sopa	Crema de Cenoura
Prato	Vitela estufada/ Farfalle/ legumes
Sobremesa	Puré de Fruta da Época

### 26/nov

Sopa	Feijão Verde
Prato	Pescada no forno/Batata/Brócolos
Sobremesa	Fruta da Época

\*

#### Notas (\*):

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



## EMENTA CRECHE

### 29/nov

Sopa	Espinafres
Prato	Bife de Frango/Arroz
Sobremesa	Puré de Fruta da Época

### 30/nov

Sopa	Alho francês
Prato	Saladinha de peixe
Sobremesa	Fruta

### 01/dez

Sopa	
Prato	Feriado
Sobremesa	

### 02/dez

Sopa	Abóbora
Prato	Frango Assado/ Arroz /Cenoura
Sobremesa	Puré de Fruta da Época

### 03/dez

Sopa	Juliana
Prato	Massinha de Maruca e Legumes
Sobremesa	Puré de Fruta da Época

\*

#### Notas (\*):

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