



EMENTA INFANTIL

03/out

Sopa	Espinafres
Prato	Almondegas de aves/Esparguete
Sobremesa	Fruta da Época

04/out

Sopa	Alho francês
Prato	Saladinha de peixe (Batata/Salmão)
Sobremesa	Gelatina

05/out

Sopa	
Prato	Feriado
Sobremesa	

06/out

Sopa	Abóbora
Prato	Vitela estufada/arroz
Sobremesa	Fruta da Época

07/out

	Juliana
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 INFANTIL

10/out

Sopa	Macedónia
Prato	Empadão de carne vitela (Arroz)
Sobremesa	Fruta

11/out

Sopa	Creme Cenoura
Prato	Maruca cozida/batata/cenoura e feijão verde
Sobremesa	Gelatina

12/out

Sopa	Courgete
Prato	Escalopes de vitela/Macarronete
Sobremesa	Fruta

13/out

Sopa	Couve-flôr
Prato	Frango estufado/arroz/Legumes
Sobremesa	Fruta da Época

14/out

Sopa	Nabo e abóbora
Prato	Pescada assada no forno/batata assada/Legumes
Sobremesa	Fruta da Época

*

Notas (*):

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



EMENTA INFANTIL

17/out

Sopa	Esinafres
Prato	Frango Corado/Arroz/Salada
Sobremesa	Fruta da Época

18/out

Sopa	Macedónia
Prato	Salmão/Batata/Brócolos
Sobremesa	Gelatina

19/out

Sopa	Creme de alface
Prato	Bife de Peru/Arroz/Couve-Flôr
Sobremesa	Fruta da Época

20/out

Sopa	Cenoura
Prato	Escalopes de Vitela/Esparguete/ Ervilhas e Cenoura
Sobremesa	Fruta da Época

21/out

Sopa	Espinafres
Prato	Arroz de Atum
Sobremesa	Fruta da Época

*

Notas (*):

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



EMENTA INFANTIL

24/out

Sopa	Lentilhas
Prato	Bolonhesa de carne de vitela
Sobremesa	Fruta

25/out

Sopa	Cenoura
Prato	Arroz de peixe(pescada)
Sobremesa	Gelatina

26/out

Sopa	Courgete
Prato	Tirinhas de vitela/batata/esparregado
Sobremesa	Fruta

27/out

Sopa	Creme de Legumes
Prato	Arroz de aves
Sobremesa	Fruta

28/out

Sopa	Feijão verde, cenoura, nabo
Prato	Salada de peixe (pescada)
Sobremesa	Fruta

Notas (*):

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