



## EMENTA CRECHE

### 05/set

Sopa	Couve-coração
Prato	Tirinhas de vitela/Arroz/Cenoura
Sobremesa	Fruta da Época

### 06/set

Sopa	Espinafres
Prato	Bacalhau fresco cozido/Batata/brócolos
Sobremesa	Gelatina

### 07/set

Sopa	Creme de Abóbora
Prato	Bife de peru grelhado/Fussili/ Salada mista
Sobremesa	Fruta da Época

### 08/set

Sopa	Alface	C
Prato	Arroz de Aves (Frango, Perú) cenoura, couve-branca	
Sobremesa	Fruta da Época	

### 09/set

Sopa	Couve-flôr
Prato	Massinha de Peixe ( Pescada)
Sobremesa	Fruta da Época

#### Notas (\*):

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



## EMENTA INFANTIL

### 12/set

Sopa	Nabiças
Prato	Esparguete á bolonhesa
Sobremesa	Fruta da Época

### 13/set

Sopa	Creme de abóbora
Prato	Empadão de pescada (Arroz)
Sobremesa	Gelatina

### 14/set

Sopa	Alface
Prato	Jardineira de Frango
Sobremesa	Fruta da Época

### 15/set

Sopa	Macedónia
Prato	Perú estufado/esparguete/feijão verde
Sobremesa	Fruta da Época

### 16/set

Sopa	Alho francês
Prato	Badejo no forno/batata/legumes
Sobremesa	Fruta da Época

#### Notas (\*):

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



## EMENTA INFANTIL

### 19/set

Sopa	Juliana
Prato	Borrego estufado/esparguete/Legumes
Sobremesa	Fruta da Época

### 20/set

Sopa	Creme de legumes
Prato	Salmão no forno/batata/espinafres
Sobremesa	Gelatina

### 21/set

Sopa	Nabo
Prato	Arroz de Frango/Salada
Sobremesa	Fruta da Época

### 22/set

Sopa	Agrião
Prato	Peito de peru/fussili/cenoura
Sobremesa	Fruta da Época

### 23/set

Sopa	Creme de abóbora
Prato	Massinha de peixe(pescada)
Sobremesa	Fruta

#### Notas (\*):

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



## EMENTA INFANTIL

### 26/set

Sopa	Creme de cenoura
Prato	Vitela estufada/esparguete
Sobremesa	Fruta da Época

### 27/set

Sopa	Feijão verde
Prato	Arroz de peixe(pescada,maruca)
Sobremesa	Gelatina

### 28/set

Sopa	Couve-coração
Prato	Frango assado/batatinha assada/salada
Sobremesa	Fruta da Época

### 29/set

Sopa	Courgete
Prato	Perú ao natural/arroz/ couve-flôr
Sobremesa	Fruta da Época

### 30/set

Sopa	Macedónia
Prato	Bacalhau fresco/Batata/Feijão verde
Sobremesa	Fruta da Época

\*

#### Notas (\*):

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