



EMENTA CRECHE

01-jun

Sopa	Couve Lombarda
Prato	Empadão de Vitela (Arroz, Legumes)
Sobremesa	Puré de fruta da época

02-jun

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

03-jun

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

04-jun

Sopa	Creme de Cenoura
Prato	Frango Estufado / Arroz/ Brócolos
Sobremesa	Puré de Fruta da Época

05-jun

Sopa	Alface
Prato	Pescada Cozida/ Batata/ Couve-Flôr / 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

08-jun

Sopa	Couve Flôr
Prato	Bife de Frango/ Esparguete/ Ervilhas/ Cenouras
Sobremesa	Pure de Fruta da Época

09-jun

Sopa	Couve Branca
Prato	Salada de Maruca/ Batata/ Macedónia
Sobremesa	Puré de Fruta da Época

10-jun

Sopa	
Prato	FERIADO
Sobremesa	

11-jun

Sopa	
Prato	FERIADO
Sobremesa	

12-jun

Sopa	Feijão verde
Prato	Pescada Com Batata/ Cenoura Salteada
Sobremesa	Pure de Fruta da Época

*

Notas (*):

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



EMENTA CRECHE

15-jun

Sopa	Espinafres
Prato	Tirinhas de Carne de Vaca/ Arroz/Cenoura
Sobremesa	Fruta da Época

16-jun

Sopa	Creme de Ervilhas
Prato	Lascas de Pescada/ Batata/ Feijão Verde
Sobremesa	Pure de Fruta da Época

17-jun

Sopa	Macedónia
Prato	Perna de Frango/ Esparguete/ Courgette
Sobremesa	Puré de Fruta da Época

18-jun

Sopa	Nabiças
Prato	Borrego Estufado/ Batata /Cenoura
Sobremesa	Fruta da Época

19-jun

Sopa	Creme de Cenoura
Prato	Massinha de Maruca e Legumes
Sobremesa	Fruta da Época

*

Notas (*):

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



EMENTA CRECHE

22-jun

Sopa	Creme de Alface
Prato	Carne de Vaca/ Cenoura/ Cotovelinhos
Sobremesa	Pure de Fruta da Época

23-jun

Sopa	Espinafres
Prato	Lombinhos de Pescada no Forno/ Batata/Brócolos
Sobremesa	Pure de Fruta da Época

24-jun

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

25-jun

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

26-jun

Sopa	Feijão Verde	
Prato	Salada de Salmão/Fusilli /Legumes	*
Sobremesa	Puré de Fruta da Época	

Notas (*):

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