



# EMENTA DA CRECHE

## **05/abril**

Sopa de couve-flor  
Bife de peru com arroz, ervilhas e cenoura  
Puré de fruta da época

## **06/abril**

Sopa de couve-branca  
Bacalhau fresco lascado com batatas e macedónia  
Puré de fruta da época

## **07/abril**

Creme de alface  
Vitela estufada com esparguete e courgette  
Puré de fruta da época

## **08/abril**

Sopa de legumes  
Arroz de frango com brócolos  
Puré de fruta da época

## **09/abril**

Sopa de feijão-verde  
Salmão com cotovelinhos e legumes  
Puré de fruta da época

Notas:

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





# EMENTA DA CRECHE

## **12/abril**

Sopa de espinafres  
Tirinhas de carne de vaca com arroz e cenoura  
Puré de fruta da época

## **13/abril**

Creme de ervilhas  
Lascas de pescada com batatas e feijão-verde  
Puré de fruta da época

## **14/abril**

Sopa de macedónia  
Perna de frango com esparguete e courgette  
Puré de fruta da época

## **15/abril**

Sopa de lombardo  
Borrego estufado com batatas e cenoura  
Puré de fruta da época

## **16/abril**

Creme de cenoura  
Massinha de maruca com legumes  
Puré de fruta da época

Notas:

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





# EMENTA DA CRECHE

## **19/abril**

Sopa de couve coração  
Esparguete à bolonhesa, salada de alface e tomate  
Puré de fruta da época

## **20/abril**

Creme de abóbora  
Arroz de peixe (badejo)  
Puré de fruta da época

## **21/abril**

Sopa de alho francês  
Peru corado ao natural com arroz e couve-de-bruxelas  
Puré de fruta da época

## **22/abril**

Creme de brócolos  
Frango com macarronete e legumes salteados  
Puré de fruta da época

## **23/abril**

Sopa de macedónia  
Pescada cozida com batatas, brócolos e cenoura  
Puré de fruta da época

Notas:

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





# EMENTA DA CRECHE

## **26/abril**

Sopa de espinafres  
Frango corado com arroz e salada  
Puré de fruta da época

## **27/abril**

Sopa de macedónia  
Massinhas de peixe (maruca)  
Puré de fruta da época

## **28/abril**

Creme de cenoura  
Bife de peru com esparguete e couve-flor  
Puré de fruta da época

## **29/abril**

Sopa de nabijas  
Escalopes de vitela com arroz, ervilhas e cenoura  
Puré de fruta da época

## **30/abril**

Sopa de alface  
Pescada cozida com batatas e feijão-verde  
Puré de fruta da época

Notas:

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

