



Semana de 9 a 13 de setembro de 2019



2ª-Feira

Berçário		Creme de legumes e peru
		Massinha de carne desfiada
Sopa		Creme de cenoura
Prato	Sala 1 e 2 anos	Massinha de grão, vitela, couve e cenoura
Principal	Pré-Escolar	Massinha de grão, vitela, couve e cenoura
Sobremesa		Fruta da época

3ª-Feira

Berçário		Creme de legumes e coelho
		Arrozinho de carne desfiada
Sopa		Creme de feijão-verde
Prato	Sala 1 e 2 anos	Arrozinho de peixe e tomate, brócolos
Principal	Pré-Escolar	Patanisquinhas com arrozinho de tomate, salada
Sobremesa		Fruta da época

4ª-Feira

Berçário		Creme de legumes e frango
		Puré com carne desfiada
Sopa		Sopa de espinafres e grão
Prato	Sala 1 e 2 anos	Bifinhos grelhados com batatinha cozida, feijão-verde
Principal	Pré-Escolar	Bifinhos grelhados com batatinha cozida, salada
Sobremesa		Fruta da época

5ª-Feira

Berçário		Creme de legumes e peru
		Açorda de carne desfiada
Sopa		Creme de brócolos
Prato	Sala 1 e 2 anos	Massinha de atum e legumes
Principal	Pré-Escolar	Massinha de atum e legumes
Sobremesa		Fruta da época

6ª-Feira

Berçário		Creme de legumes com coelho
		Farinha de pau de carne desfiada
Sopa		Sopa de abóbora e cebola
Prato	Sala 1 e 2 anos	Arrozinho de pato, couve-flor
Principal	Pré-Escolar	Arrozinho de pato, salada
Sobremesa		Fruta da época

Notas:

- Por motivos alheios à nossa vontade, a ementa poderá sofrer alterações.
- Em caso de alergia a algum alimento, por favor contactar responsável pela Resposta Social.

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:



A TSCA,



Semana de 9 a 15 de setembro de 2019

DIA	PRATO	ALMOÇO	JANTAR
2º FEIRA	SOPA	Sopa de abóbora e espinafres	Juliana
	PRATO GERAL	Rancho 🍌	Lulas estufadas com puré, salada 🍌🍌🍌
	PRATO LIGEIRO	Massa de vitela, couve e cenoura 🍌	Lulas grelhadas com batata cozida, salada 🍌🍌🍌
	SOBREMESA	Fruta da época	Fruta da época
3ª FEIRA	SOPA	Sopa de couve e nabo	Sopa de couve-flor
	PRATO GERAL	Pataniscas de bacalhau com arroz de tomate, salada 🍌🍌🍌	Bife grelhado em cebolada com massa esparguete, salada 🍌
	PRATO LIGEIRO	Arroz de bacalhau e legumes ao natural 🍌	Bife grelhado com massa, salada 🍌
	SOBREMESA	Fruta da época	Fruta da época
4ª FEIRA	SOPA	Caldo-Verde	Sopa de feijão-verde
	PRATO GERAL	Alheira com batata a murro, grelos 🍌	Salmão grelhado com arroz de legumes 🍌
	PRATO LIGEIRO	Fêvera grelhada com batata e grelos	Salmão grelhado com arroz de legumes 🍌
	SOBREMESA	Fruta da época	Fruta da época
5ª FEIRA	SOPA	Sopa de curgete e cenoura	Creme de legumes
	PRATO GERAL	Pescada cozida com salada russa 🍌🍌	Lasanha de carne picada, salada 🍌🍌
	PRATO LIGEIRO	Pescada cozida com salada russa 🍌	Massa de carne e legumes, salada 🍌
	SOBREMESA	Doce / Fruta da época	Fruta da época
6ª FEIRA	SOPA	Sopa de couve e feijão	Canja 🍌
	PRATO GERAL	Arroz de pato gratinado, salada 🍌	Abrótea à Gomes Sá 🍌🍌
	PRATO LIGEIRO	Arroz de pato ao natural, salada	Abrótea cozida com todos 🍌
	SOBREMESA	Fruta da época	Fruta da época
SÁBADO	SOPA	Sopa de couve e nabo	Creme de alho francês
	PRATO GERAL	Ovos mexidos com massa, salada 🍌🍌	Arroz de entrecosto em vinha-d'alhos, salada 🍌
	PRATO LIGEIRO	Massa de peixe ao natural, salada 🍌🍌	Arroz de carne ao natural, salada
	SOBREMESA	Fruta da época	Fruta da época
DOMINGO	SOPA	Creme de cenoura	Caldo de cebola
	PRATO GERAL	Frango assado com batata assada, salada 🍌	Douradinhos no forno com arroz de legumes, salada 🍌🍌🍌
	PRATO LIGEIRO	Frango grelhado com batata cozida, salada	Douradinhos no forno com arroz de legumes, salada 🍌🍌🍌
	SOBREMESA	Doce / Fruta da época	Fruta da época

Notas: Por motivos alheios à nossa vontade, a ementa poderá sofrer alterações / Em caso de alergia a algum alimento, por favor contactar responsável pela Resposta Social.

