

SEMANA DE 30 DE JANEIRO A 04 DE FEVEREIRO DE 2022

	ALMOÇO SALAS 12/24, 12/36 E 24/36 MESES	ALMOÇO PRÉ-ESCOLAR	LANCHE
Segunda-feira	Sopa Juliana Medalhões de pescada estufados c/ batata e brócolos cozidos Fruta: Pera	Sopa Juliana Medalhões de pescada estufados c/ batata e brócolos cozidos Dieta: Pescada cozida c/ batata e couve-flor cozida Fruta: Pera	Iogurte Aromas Pão com manteiga
Terça-feira	Sopa de feijão-verde c/ abóbora Esparguete à Bolonhesa e salada mista Fruta: Laranja	Sopa de feijão-verde c/ abóbora Esparguete à Bolonhesa e salada mista Dieta: Bife grelhado c/ esparguete Fruta: Laranja	Papa (creche) Cereais com leite simples
Quarta-feira	Sopa de curgete e brócolos Abrótea grelhada c/ batata e cenoura cozida Fruta: Banana	Sopa de curgete e brócolos Lulas estufadas c/ salada russa Dieta: Abrótea grelhada c/ batata e cenoura cozida Fruta: Banana	Leite simples Pão com queijo
Quinta-feira	Sopa de espinafres Bife de peru grelhado c/ massa fusili Fruta: Tangerina	Sopa de grão c/ espinafres Rolo de carne recheado c/ legumes e massa fusili Dieta: Bife grelhado c/ massa fusili Fruta: Tangerina	Iogurte aromas Pão com manteiga
Sexta-feira	Sopa de legumes Dourada cozida c/ batata e cenoura cozida Sobremesa: Bolo de coco	Sopa de legumes Caldeirada de bacalhau e salada de alface e tomate Dieta: Bacalhau cozido c/ batata e cenoura cozida Sobremesa: Bolo de coco	Papa (12-24 meses) Leite simples Pão com fiambre

OBS: Esta ementa poderá sofrer alterações.



A Diretora
Susana Esteves