

# Ementa Infantil

## julho



Dia		Sopa	Prato	Sobremesa
1	2ª FEIRA	Canja de galinha	Almôndegas de aves estufadas com esparguete e salada de alface	Fruta da época
2	3ª FEIRA	Creme de cenoura	Arroz de peixe (pescada)	Gelatina / Fruta da época
3	4ª FEIRA	Sopa de brócolos	Frango estufado com massa	Fruta da época
4	5ª FEIRA	Creme de legumes	Arroz de aves	Fruta da época
5	6ª FEIRA	Sopa de couve lombarda	Salada de batata, peixe e cenoura	Fruta da época
8	2ª FEIRA	Creme de legumes	Hambúrguer de bovino no forno com arroz de ervilhas	Fruta da época
9	3ª FEIRA	Sopa de feijão-verde	Massada de bacalhau fresco	Gelatina / Fruta da época
10	4ª FEIRA	Sopa de espinafres	Tirinhas de porco estufadas com arroz e salada	Fruta da época
11	5ª FEIRA	Sopa de repolho	Picado de vitela com espirais e salada de couve roxa	Fruta da época
12	6ª FEIRA	Sopa de couve-flor	Filetes de peixe com salada de batata e ervilhas	Fruta da época
15	2ª FEIRA	Sopa de espinafres	Empadão de carne de bovino picada	Fruta da época
16	3ª FEIRA	Sopa de penca	Pescada à brás	Gelatina / Fruta da época
17	4ª FEIRA	Creme de cenoura	Gratinado (espirais, frango e salsicha)	Fruta da época
18	5ª FEIRA	Sopa de couve lombarda	Frango estufado com arroz e cenoura	Fruta da época
19	6ª FEIRA	Sopa de alho-francês	Massada de peixe (bacalhau e pescada) com pimento	Fruta da época
22	2ª FEIRA	Sopa de cenoura e nabo	Picado de vitela com arroz	Fruta da época
23	3ª FEIRA	Sopa de feijão catarino com lombarda	Bacalhau com natas	Gelatina / Fruta da época
24	4ª FEIRA	Creme de abóbora	Croquetes de carne com arroz de cenoura	Fruta da época
25	5ª FEIRA	Creme de alface e couve flor	Peru assado com esparguete	Fruta da época
26	6ª FEIRA	Sopa de nabiças	Cavala com massa fusilli e cenoura	Fruta da época
29	2ª FEIRA	Sopa de macedónia	Esparguete à bolonhesa	Fruta da época
30	3ª FEIRA	Sopa de feijão-verde	Arroz do mar (pescada e maruca)	Gelatina / Fruta da época
31	4ª FEIRA	Creme de cenoura	Rancho	Fruta da época

As dietas só são servidas mediante prescrição médica ou no próprio dia, por pedido dos pais até às 09:30.  
Todos os pratos são acompanhados de legumes e/ou saladas variados.