

EMENTA DE ABRIL 2012

	2 a 5	6 a 11	16 a 20	21 a 27	30
ALMOÇO	Sopa de lombardo Arroz de atum Fruta	Sopa de espinafres Frango com espaguete salada Fruta	Sopa de abóbora Carbonara com natas de soja e salada Fruta	Carjinha da Fátinha Frango à Brás com salada Fruta	Sopa de espinafres Frango com espaguete salada Fruta
LANCHE	Iogurte de aromas / bolacha/pão - Creche Iogurte com pão(manteiga, queijo, fambre chouriço e mortadela)- Jardim de Infância e S.E.				
ALMOÇO	Sopa de brócolos Almôndegas com purê e salada Fruta	Sopa de brócolos Bacalhau no forno à Rezingão Gelatina/Fruta	Sopa de espinafres Salada de atum com feijão frade e ovo cozido Gelatina Sopa de	Sopa de Brócolos Sornhos à Rezingão com arroz Gelatina	
LANCHE	Cerealac(1 ano) e leite com cereais (2 anos) - Creche Leite simples ou achocolatado e pão de leite/croissant com chocolate ou outra opção(manteiga, queijo, fambre Jardim de Infância e S.E.				
ALMOÇO	Sopa de couve coração Peixe cozido Gelatina/ Fruta	Sopa de brócolos Bifanas no tacho com fusillis à Jonh Smith Fruta	Sopa de nabiças Empedão de carne e purê e salada fruta		
LANCHE	Iogurte de aromas / bolacha/pão - Creche Iogurte com pão (manteiga, queijo, fambre chouriço e mortadela)- Jardim de Infância e S.E.				
ALMOÇO	Sopa de alface Hambúrgueres de aves com arroz de manteiga Gelatina/fruta	Sopa de couve portuguesa Pescada estufada com arroz de manteiga e salada Fruta	Sopa de couve-flor Bacalhau à Brás e salada Fruta	Sopa de couve portuguesa Peixe cozido com batata, ovo e cenoura Fruta	
LANCHE	Cerealac (1 ano)/ leite com cereais(2 anos)- Creche Leite com cereais (variados)- Jardim de Infância e S.E.				
ALMOÇO		Carjinha à Fátinha Jardineira de frango Gelatina/fruta	Sopa de legumes Parados com espaguete e salada Leite-creme/fruta	Sopa de legumes Rancho à Pocahontas com salada Gelatina/fruta	
LANCHE	Iogurte de aromas com bolacha/pão e Bolo da Fátinha Iogurte de aromas e pão com queijo, fambre, manteiga, chouriço ou mortadela - J.I e S. E.				

Notas: Para as salas de creche existe a opção de peixe cozido nos dias de feitos. o prato de dieta é sempre feito quando solicitado até às 9.30 Na sopa de mais pequeninos sempre incluído carne ou peixe. Nos pratos que levam nata são utilizadas de soja. Nos pratos de carne picada que é entregue no colégio no dia para confecção imediata, sempre acrescenta soja.