

Dias	Ementa	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
1-4	Sopa		Espinafres	Feijão Verde	Alface	Cenoura
	Peixe	FERIADO	Peixe grelhado com batatinhas e legumes		Peixe cozido c/ batatas e legumes	
	Carne			Bifinhos panados com arroz colorido		Strogonof de peru c/ batata frita e arroz
7-11	Sopa	Espinafres	Couve flor	Alho francês c/ massinhas	Curgete	Canjinha
	Peixe		Massada de peixe		Peixe cozido c/ batatinhas, ovo e legumes	
	Carne	Vitela estufada c/ cebolinhas e esparguete		Perna de peru no forno c/ arroz de manteiga		Perninhas de frango corado c/ fussili
14-18	Sopa	Couve Portuguesa	Creme de Alho Francês	Feijão verde	Creme de alface	Creme de Ervilhas
	Peixe		Soflé de peixe		Filetes c/ arroz de tomate	
	Carne	Hamburger grelhada de vaca c/ arroz colorido		Lasanha		Jardineira infantil
21-25	Sopa	Espinafres	Hortaliça	Brócolos	Cenoura c/ letrinhas	Couve flor
	Peixe		Arroz de peixe		Peixe cozido c/ batatinhas, ovo e legumes	
	Carne	Bifinhos de vaca na panela e esparguete		Almondegas de vaca c/ puré de batata		Espetadas de peru grelhadas c/ arroz de feijão
28-30	Sopa	Abóbora	Creme de ervilhas	Couve Portuguesa		
	Peixe		Douradinhos com arroz de primavera			
	Carne	Lombo Mágico com lacinhos		Massinha com fiambre		
	Sobr.	Fruta da Época	Gelatina / Pudim / mousse / Gelado	Fruta da Época	Fruta da Época	Salada de Fruta
Lanche	1-2 anos	Papa/ Nestum	Iogurte e pão com mortandela de peru	Leite e pão com manteiga	Cereais c/ leite e pão c/ manteiga	Iogurte e/ pão c/ doce
Lanche	3-10 anos	Leite c/ pão e fiambre	Iogurte e pão com mortandela de peru	Leite e pão com chocolate	Cereais c/ leite e pão c/ manteiga	Iogurte e/ pão c/ doce ou chourição

Sempre que necessário será confeccionado uma ementa alternativa de dieta, desde que exista um aviso prévio.

A ementa está sujeita a alterações de última hora

Todos os pratos são confeccionados, tendo em atenção a faixa etária das crianças.

Todas as refeições têm o acompanhamento de salada nomeadamente; alface/ cenoura/ tomate, assim como pão e água.