



EMENTAS SALA 1

SEMANA DE 12/02/2018 A 16/02/2018

2ª Feira	Pequeno-almoço: Leite simples e pão de mistura com manteiga Suplemento da manhã: Fruta da época Almoço: Puré de abóbora e alface Jardineira (ervilhas, cenoura, feijão verde e batata) de peru com arroz branco Sobremesa: Fruta da época Lanche: Leite com cevada e pão de mistura com queijo Suplemento tarde: Fruta da época
3ª Feira Feriado De Carnaval	Pequeno-almoço: Leite simples e pão integral com manteiga Suplemento da manhã: Fruta da época Almoço: Puré de couve-flor Salmão grelhado com massa fusilli e legumes salteados (couve coração, cubos de cenoura e tomate) Sobremesa: Fruta da época Lanche: Iogurte natural com cornflakes e fruta Suplemento tarde: Fruta da época
4ª Feira	Pequeno-almoço: Leite simples e pão de centeio com manteiga Suplemento da manhã: Fruta da época Almoço: Puré de alface Costeletas grelhadas com puré de batata e salada (alface, rúcula e cenoura) Sobremesa: Fruta da época Lanche: Leite simples e pão centeio com manteiga Suplemento tarde: Fruta da época
5ª Feira	Pequeno-almoço: Leite simples e pão integral com manteiga Suplemento da manhã: Fruta da época Almoço: Puré de couve branca Pescada estufada com arroz da horta (couve lombarda, cenoura e ervilhas) Sobremesa: Fruta da época Lanche: Leite simples e pão integral com fiambre de peru Suplemento tarde: Fruta da época
6ª Feira	Pequeno-almoço: Leite simples e pão de 6 cereais com manteiga Suplemento da manhã: Fruta da época Almoço: Puré de alho francês Ovos mexidos com massa rigatoni e feijão verde salteado Sobremesa: Fruta da época Lanche: Iogurte sólido e pão de 6 cereais com compota Suplemento tarde: Fruta da época