



EMENTA DA SEMANA

QUINTA-FEIRA

01.04.2021

11:45	Sopa	Creme de legumes com pescada
	Prato	Pescada cozida com batata e brócolo
	Sobremesa	Maçã inteira/puré
15:30	L. Tarde	Papa de aveia e fruta/ Leite e pão com manteiga



EMENTA DA SEMANA

TERÇA-FEIRA

06.04.2021

11:45	Sopa	Creme de curgete com frango
	Prato	Strogonoff Perú com cogumelos e arroz branco
	Sobremesa	Pera/ puré de frutas variadas
15:30	L. Tarde	Papa de aveia e fruta/ Leite e pão com manteiga

QUARTA-FEIRA

07.04.2021

11:45	Sopa	Nabiças com grão de bico com pescada
	Prato	Bacalhau à Brás com tomate cereja / Legumes à Brás com tomate cereja
	Sobremesa	Banana
15:30	L. Tarde	Papa de iogurte e fruta/ logurte de aroma e pão com queijo

QUINTA-FEIRA

08.04.2021

11:45	Sopa	Creme de Bróculos com vitela
	Prato	Frango assado no forno com arroz e salada de tomate
	Sobremesa	Maça
15:30	L. Tarde	Papa de iogurte e fruta/ Leite e pão com manteiga

SEXTA-FEIRA

09.04.2021

11:45	Sopa	Creme de legumes com peixe
	Prato	Massa de atum e legumes
	Sobremesa	Tangerina
15:30	L. Tarde	Papa de aveia e fruta/ logurte de aroma e pão com fiambre



EMENTA DA SEMANA

SEGUNDA-FEIRA

12.04.2021

11:45	Sopa	Creme de legumes com pescada
	Prato	Esparguete à bolonhesa com tomate
	Sobremesa	Pera inteira/puré
03:30	L. Tarde	Papa de iogurte e fruta / logurte de aroma e pão com fiambre de aves

TERÇA-FEIRA

13.04.2021

11:45	Sopa	Creme de cenoura e couve-flor com perú
	Prato	Abrótea assada com arroz de ervilhas
	Sobremesa	Maçã/ puré de frutas variadas
15:30	L. Tarde	Papa de aveia e fruta / Leite e pão com manteiga

QUARTA-FEIRA

14.04.2021

11:45	Sopa	Creme de courgete com pescada
	Prato	Lasanha de carne/ lasanha vegetariana
	Sobremesa	Banana inteira/puré
15:30	L. Tarde	Papa de iogurte e fruta/ logurte de aroma e pão com queijo

QUINTA-FEIRA

15.04.2021

11:45	Sopa	Creme de legumes com frango
	Prato	Arroz de bacalhau
	Sobremesa	Tangerina inteira/ puré
15:30	L. Tarde	Papa de aveia e fruta / Leite e pão com manteiga

SEXTA-FEIRA

16.04.2021

11:45	Sopa	Creme de espinafres com vitela
	Prato	Feijoada à Sol dos Pequeninos com arroz
	Sobremesa	Gelatina / puré de maçã
15:30	L. Tarde	Papa de iogurte e fruta / logurte de aroma e pão com fiambre de peru



EMENTA DA SEMANA

SEGUNDA-FEIRA

19.04.2021

11:45	Sopa	Creme de ervilhas com perú
	Prato	Bife de peru grelhado com massa fusilli e cenoura raspada
	Sobremesa	Pera inteira/puré
03:30	L. Tarde	Papa de iogurte e fruta / logurte de aroma e pão com fiambre de aves

TERÇA-FEIRA

20.04.2021

11:45	Sopa	Sopa de couve branca com pescada
	Prato	Arroz primavera com red-fish assado
	Sobremesa	Ananás/ puré de frutas variadas
15:30	L. Tarde	Papa de aveia e fruta / Leite e pão com manteiga

QUARTA-FEIRA

21.04.2021

11:45	Sopa	Creme de legumes com frango
	Prato	Jardineira de vitela Croquetes de espinafres
	Sobremesa	Banana inteira/puré
15:30	L. Tarde	Papa de iogurte e fruta/ Leite e pão com queijo

QUINTA-FEIRA

22.04.2021

11:45	Sopa	Creme de brócolo com pescada
	Prato	Lombinhos de pescada com arroz de tomate
	Sobremesa	Maçã inteira/puré
15:30	L. Tarde	Papa de aveia e fruta/ logurte de aroma e pão com fiambre

SEXTA-FEIRA

23.04.2021

11:45	Sopa	Creme de ervilhas com vitela
	Prato	Esparguete de frango com salada de tomate cherry
	Sobremesa	Uvas/ puré de frutas variadas
15:30	L. Tarde	Papa de iogurte e fruta/ logurte de aroma e pão com manteiga



EMENTA DA SEMANA

SEGUNDA-FEIRA

26.04.2021

11:45	Sopa	Creme de cenoura com vitela
	Prato	Ovo mexido com fiambre de peru e massa tricolor
	Sobremesa	Maçã inteiro/puré
03:30	L. Tarde	Papa de iogurte e fruta / logurte de aroma e pão com fiambre de aves

TERÇA-FEIRA

27.04.2021

11:45	Sopa	Sopa de couve branca com pescada
	Prato	Lulas estufadas com cenoura e arroz branco
	Sobremesa	Tangerina/ puré de frutas variadas
15:30	L. Tarde	Papa de aveia e fruta / Leite e pão com manteiga

QUARTA-FEIRA

28.04.2021

11:45	Sopa	Creme de legumes com pescada
	Prato	Almondegas com esparguete e salada / Croquetes de legumes com massa integral
	Sobremesa	Banana
15:30	L. Tarde	Papa de iogurte e fruta/ logurte de aroma e pão com queijo

QUINTA-FEIRA

29.04.2021

11:45	Sopa	Creme de bróculos com pescada
	Prato	Pescada cozida com batata e brócolo
	Sobremesa	Maçã inteira/puré
15:30	L. Tarde	Papa de aveia e fruta/ logurte de aroma e pão com fiambre

SEXTA-FEIRA

30.04.2021

11:45	Sopa	Creme de ervilhas com peru
	Prato	Rancho
	Sobremesa	Uvas/ puré de frutas variadas
15:30	L. Tarde	Papa de iogurte e fruta/ logurte de aroma e pão com manteiga