



Ementa

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Almoço	Sopa de Cenoura Chocos guisados c/ grão Fruta	Sopa de Feijão Encarnado Tiras de frango c/ legumes Fruta	Sopa de Espinafres Filetes de pescada c/ limão e batatas Fruta	Sopa de Abóbora Lasanha de carne Fruta	Sopa de Grão Massada de peixe Fruta
Lanche	Leite c/ cereais, pão com manteiga 1-ano: Papa	Iogurte, pão com doce 1-ano: Iogurte com Bolacha e fruta	Leite e pão c/ fiambre 1-ano: Papa	Iogurte, pão de centeio c/ queijo 1-ano: Iogurte com Bolacha e fruta	Sumo, pão com manteiga 1-ano: Papa

Semana 5 a 9 de janeiro



Ementa

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Almoço	Sopa de Cenoura Stogonof de Peru c/ arroz Fruta	Sopa de Alho Francês Pescada cozida c/ legumes Fruta	Canja de Galinha Frango Assado c/ cuscus e feijão verde Fruta	Sopa de Feijão Encarnado Bacalhau com espinafres Gelatina	Sopa de Agrião Esparguete à Bolonesa Fruta
Lanche	Sumo, pão c/ queijo 1-ano: Iogurte com Bolacha e fruta	Corn Flakes, pão c/ manteiga 1-ano: Papa	Iogurte, pão c/ compota 1-ano: Iogurte com Bolacha e fruta	Leite, pão de centeio c/ fiambre 1-ano: Papa	Iogurte e pão c/ manteiga 1-ano: Iogurte com Bolacha e fruta

Semana 12 a 16 de janeiro



Ementa

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Almoço	Sopa de Cenoura Jardineira de Vitela Fruta	Sopa de Nabiça Arroz de Atum c/ Salada Gelatina	Sopa de Alface Perú assado c/ massa e esparregado Fruta	Sopa de Alho Francês Bacalhau à Gomes Sá Fruta	Sopa de Feijão Verde Bifinhos de frango c/ cogumelos Salada de Frutas
Lanche	Leite, pão com doce 1-ano:logurte com Bolacha e fruta	logurte Corn Flakes, pão c/ manteiga 1-ano: Papa	logurte e pão c/ queijo 1-ano:logurte com Bolacha e fruta	Sumo e pão de centeio c/ fiambre 1-ano: Papa	logurte c/ Bolo de Laranja 1-ano:logurte com Bolacha e fruta

Semana 19 a 23 de janeiro



Ementa

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Almoço	Sopa de Cenoura Douradinhos c/ arroz de cenoura Fruta	Sopa Juliana Feijão com carne picada e arroz Fruta	Sopa de Espinafres Pescada na frigideira c/ legumes Fruta	Sopa de Agrião Bifinhos de peru c/ couscous e salada Fruta	Sopa de Abóbora Arroz de Cherno Gelatina
Lanche	Leite, pão com queijo 1-ano:Papa	logurte, pão com manteiga 1-ano:logurte com Bolacha e fruta	Leite c/ cereais, pão com manteiga 1-ano: Papa	logurte, pão de centeio e fiambre 1-ano:logurte com Bolacha e fruta	Corn Flakes e pão c/ manteiga 1-ano:Papa

Semana 26 a 30 de janeiro