

OBRA SOCIAL MADRE MARIA CLARA - AÇORES
COLÉGIO DE SANTA CLARA - 2 ANOS E JARDIM DE INFÂNCIA
EMENTA - ABRIL

DIA	SOPA	PRATO	SALADA	SOBREM.	LANCHE
1	Puré de vegetais	Ovo mexido com arroz de vegetais	Alface	Maça	logurte com fruta
2	Primavera (Batata, cenoura, abobora) com peixe	Filete de alabote frito com batata cozida	Brócolos	Pera	Papo seco com fiambre e leite
3	Creme de feijão	Rolo de carne de vaca com esparguete	Cenoura	Kiwi	Cereais com leite
4	Alho Francês	Salada de abrótea ou juliana com batata	Feijão verde	Banana	Pão caseiro com queijo e leite
5	Creme de cenoura	Frango no forno com massa	Beterraba	Maça	Cereais com leite
8	Puré de vegetais	Salada de frango com arroz de legumes	-----	Pera	logurte com fruta
9	Puré de vegetais	Carne moída com macarrão	Couve-flor	Pera	Pão caseiro com queijo e leite
10	Creme de ervilha	Filetes no forno com massa	Cenoura	Banana	Cereais com leite logurte com bolacha
11	Creme de espinafres	Peito de frango estufado com arroz	Couve-flor	Gelatina	Papo seco com fiambre e leite
12	Primavera (Batata, cenoura, abobora) com peixe	Salada de abrótea ou juliana com batata	Beterraba	Maça	logurte com bolacha
15	Puré de feijão	Frango guisado com esparguete	Cenoura	Pera	Cereais com leite
16	Creme de abobora	Lasanha	Couve-flor	Maça	Pão com queijo e leite
17	Puré de vegetais	Salomão grelhado com massa	Beterraba	Banana	logurte com fruta
18	Alho Francês	Strogonoff de frango com arroz	Cenoura	Pera	Cereais com leite
19	Puré de vegetais	Salada de abrótea ou juliana com batata	Couve-flor	Maça	Pão caseiro com queijo e leite
22	Creme de cenoura	Esparguete à bolonhesa	cenoura	Banana	logurte com fruta
23	Creme de Couve-flor	Perninhas de frango no forno com massa	Beterraba	Pera	Cereais com leite
24	Creme de abobora	Espadarte no forno com massa	Couve-flor	Maça	Papo seco com fiambre e leite
25	FERIADO				
26	Puré de alface	Filetes fritos com batata	Tomate	Maça	logurte com farinha de aveia
29	Puré de lentilhas	Bifes de frango grelhado com esparguete	Cenoura	Banana	Pão caseiro com queijo e leite
30	Creme de lentilhas	Bifes de frango grelhado com esparguete	Brócolos	Banana	logurte com fruta