

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

DIA	SOPA	PRATO	SALADA	SOBREM.	LANCHE
3	Puré de vegetais	Carne moída com massa	Couve-flor	Maça	logurte com fruta
4	Alho Francês	Salada de frango com arroz de legumes	-----	Pera	Pão caseiro com queijo e leite
5	Creme de ervilha	Filetes de alabote fritos com batata cozida	Cenoura	Banana	Cereais com leite logurte com bolacha
6	Creme de espinafres	Peito de frango estufado com arroz	Couve-flor	Gelatina	Papo seco com fiambre e leite
7	Primavera (Batata, cenoura, abobora) com peixe	Salada de abrótea ou juliana com batata	Beterraba	Laranja	logurte com bolacha
10	FERIADO				
11	Creme de cenoura	Esparguete à bolonhesa	cenoura	Pera	logurte com fruta
12	Puré de alface	Filetes fritos com batata	Tomate	Maça	Papo seco com fiambre e leite
13	Creme de Couve-flor	Frango no frango com massa	Beterraba	Banana	Cereais com leite
14	Creme de abobora	Hambúrguer com arroz	Tomate/al face	Pera	logurte com bolacha
17	Puré de feijão	Frango guisado com esparguete	Cenoura	Pera	Cereais com leite
18	Creme de abobora	Lasanha	Couve-flor	Kiwi	Pão com queijo e leite
19	Puré de vegetais	Salomão grelhado com massa	Beterraba	Banana	logurte com fruta
20	Alho Francês	Strogonoff de frango com arroz	Cenoura	Pera	Cereais com leite
21	Puré de vegetais	Salada de abrótea ou juliana com batata	Couve-flor	Maça	Pão caseiro com queijo e leite
24	FERIADO				
25	Alho Francês	Esparguete à bolonhesa	Brócolos	Pera	Cereais com leite
26	Puré de lentilhas	Bifes de frango grelhado com arroz	Cenoura	Banana	Pão caseiro com queijo e leite
27	Alho Francês	Filetes de alabote no forno com massa	Feijão verde	Maça	logurte com fruta
28	Puré de feijão com carne de vaca	Rolo de carne de vaca com massa	Cenoura	Laranja	Cereais com leite