

OBRA SOCIAL MADRE MARIA CLARA - AÇORES
COLÉGIO DE SANTA CLARA - CRECHE (BEBÉS E 1 ANO)
EMENTA - AGOSTO

DIA	SOPA	PRATO	SALADA	SOBREMESA	LANCHE
1	Creme de espinafres com carne de vaca	Esparguete à bolonhesa	Couve-flor	Pera	Iogurte com fruta
2	Primavera (Batata, cenoura, abobora) com peixe	Salada de abrótea ou juliana com batata	Beterraba	Laranja	Panqueca de aveia
5	Creme de cenoura com carne	Ovo mexido com arroz de vegetais	Cenoura	Banana	Iogurte com farinha aveia
6	Puré de alface com peixe	Filetes fritos com batata	Tomate	Pera	Papa láctea
7	Creme de abobora com carne	Lasanha	Brócolos	Fruta da época	Iogurte com fruta
8	Couve-flor com frango	Frango no frango com massa	Beterraba	Maça	Iogurte com farinha de aveia
9	Creme de abobora com carne	Filetes no forno com arroz	Tomate	Banana	Iogurte com amêndoa
12	Puré de feijão com peixe	Frango guisado com esparguete	Cenoura	Pera	Iogurte com farinha aveia
13	Creme de abobora com carne	Rolo de carne de vaca com esparguete	Brócolos	Maça	Papa láctea
14	Puré de vegetais com peixe	Filetes no forno com batata	Beterraba	Fruta da época	Iogurte com fruta
15	FERIADO				
16	Puré de vegetais com carne	Ovo mexido com arroz de vegetais	Couve-flor	Maça	Panqueca de aveia
19	Alho Francês com carne	Esparguete à bolonhesa	Brócolos	Pera	Iogurte com fruta
20	Lentilhas com frango	Bifes de frango com arroz	Cenoura	Banana	Papa láctea
21	Puré de feijão com carne de vaca	Rolo de carne de vaca com esparguete	Beterraba	Fruta da época	Iogurte com fruta
22	Alho Francês com peixe	Filetes de alabote no forno com massa	Feijão verde	Maça	Iogurte farinha de aveia
23	Couve-flor com frango	Frango no forno com arroz	Brócolos	Pera	Papa láctea
26	Creme de cenoura com carne de vaca	Esparguete à bolonhesa	Cenoura	Banana	Iogurte com farinha aveia
27	Creme de abobora com peixe	Filetes de alabote no forno com batata	Tomate	Maça	Papa láctea
28	Lentilhas com frango	Bifes de frango grelhado com esparguete	Brócolos	Fruta da época	Iogurte com fruta
29	Puré de vegetais com carne	Rolo de carne de vaca com massa	Cenoura	Pera	Iogurte farinha de aveia
30	Alho Francês com peixe	Salada de abrótea ou juliana com batata	Beterraba	Maça	Papa láctea

Nota: O prato é introduzido consoante a idade