

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

DIA	SOPA	PRATO	SALADA	SOBREMESA	LANCHE
4	Alho Francês com carne	Esparguete à bolonhesa	Brócolos	Maça	Papa láctea c/fruta
5	Puré de lentilhas com peixe	Filetes de alabote no forno com massa	Cenoura	Banana	Iogurte c/ linhaça, amêndoa e fruta
6	Puré de feijão com carne de vaca	Rolo de carne com arroz	Beterraba	Maça	Papa láctea c/fruta
7	Creme de cenoura com peixe	Galinha no forno com esparguete	Feijão verde	Pera	Iogurte c/ aveia e pasta de amendoim
8	Puré de couve-flor com carne	Espadarte grelhado com massa	Brócolos	Maça	Papa láctea c/fruta
11	Creme de cenoura com ovo	Ovo mexido com arroz de vegetais	Cenoura	Banana	Papa láctea c/fruta
12	Creme de abobora	Filete de alabote frito com batata cozida	Tomate	Pera	Iogurte c/ linhaça, amêndoa e fruta
13	Puré lentilhas com frango	Risoto de galinha	Brócolos	Pera	Iogurte c/ linhaça, amêndoa e fruta
14	Puré de vegetais com carne	Rolo de carne de vaca com esparguete	Cenoura	Maça	Papa láctea c/fruta
15	Puré alho Francês com peixe	Salada de abrótea ou juliana com batata	Beterraba	Banana	Iogurte c/ aveia e pasta de amendoim
18	Creme de espinafres com carne de vaca	Frango guisado com esparguete	Couve-flor	Pera	Iogurte c/ linhaça, amêndoa e fruta
19	Puré de vegetais com peixe	Filetes fritos com batata	Feijão verde	Maça	Papa láctea c/fruta
20	Creme de abobora com frango	Strogonoff de frango com arroz	Brócolos	Banana	Iogurte c/ aveia e pasta de amendoim
21	Creme de cenoura com carne	Lasanha de carne	Beterraba	Maça	Panqueca de aveia
22	Puré de brócolos com couve-flor com peixe	Espadarte grelhado com batata cozida	Cenoura	Pera	Papa láctea c/fruta
25	FERIADO REGIONAL				
26	Puré de vegetais	Esparguete à bolonhesa	Brócolos	Maça	Iogurte c/ linhaça, amêndoa e fruta
27	Creme de abobora	Galinha no forno com massa	Cenoura	Pera	Papa láctea c/fruta
28	Creme de vegetais com carne	Carne moída com esparguete	Cenoura	Pera	Panqueca de aveia
29	Puré de vegetais com peixe	Peixe no forno com arroz	Tomate	Banana	Papa láctea c/fruta

Nota: O prato é introduzido consoante a idade