



## CENTRO COMUNITÁRIO DO BOCAGE CRECHE - 1 - 3 ANOS

### EMENTA

Semana de: 16/10 a 20/10/2017

2ª Feira	Sopa: Agrião Pratos: Dieta: Maruca no forno c/puré de bata e salada Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Alho francês com abóbora Pratos: Dieta: Bife de frango grelhado c/esparguete e salada Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Cenoura Pratos: Dieta: Peixe cozido e legumes Sobremesa: Bolo de iogurte
5ª Feira	Sopa: Canja Prato: Peito de peru c/espírais e salada Dieta: Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Feijão verde Prato: Pargo no forno c/batata assada e salada Dieta: Sobremesa: Gelatina

- Ementa sujeita a alterações



# CENTRO COMUNITÁRIO DO BOCAGE

## CRECHE - 1 - 3 ANOS

### EMENTA

Semana de: 23/10 a 27/10/2017

2ª Feira	Sopa: Canja Prato: Frango assado c/esparguete e salada Dieta: Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Coentros Prato: Peixe cozido c/ legumes Dieta: Sobremesa: Pudim chinês
4ª Feira	Sopa: Espinafres Prato: Dieta: Bife de peru grelhado c/espírais e salada Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Juliana Prato: Dieta: Salmão grelhado e salada Sobremesa: Gelatina
6ª Feira	Sopa: Creme de couve-flor c/macedónia Prato: Rolo de carne c/arroz de cenoura e salada Dieta: Febras grelhadas c/arroz de cenoura e salada Sobremesa: Fruta da época

- Ementa sujeita a alterações



# CENTRO COMUNITÁRIO DU BOCAGE

## CRECHE - 1 - 3 ANOS

### EMENTA

Semana de: 30/10 a 03/11/2017

2ª Feira	Sopa: Creme de cenoura Pratos: Peixe espada grelhado c/ batata cozida e salada Dieta: Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Primavera Pratos: Macarronada de frango e salada Dieta: Bife de peru grelhado c/massa e salada Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Bonita Pratos: Salada de peixe Dieta: Sobremesa: Arroz Doce
5ª Feira	Sopa: Canja Pratos: Frango assado c/arroz branco e salada Dieta: Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Creme de Legumes Pratos: Perca cozida c/batata cozida e salada Dieta: Sobremesa: Gelatina

- Ementa sujeita a alterações



# CENTRO COMUNITÁRIO DO BOCAGE

## CRECHE - 1 - 3 ANOS

### EMENTA

Semana de: 06/11 a 10/11/2017

2ª Feira	Sopa: Creme de abóbora Prato: Empadão de carne c/puré e salada Dieta: Febras grelhadas c/ espirais e salada Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Espinafres Prato: Atum c/feijão frade Dieta: Corvina cozida c/legumes Sobremesa: Gelatina
4ª Feira	Sopa: Nabijas Prato: Jardineira e salada Dieta: Bifes de peru grelhado com arroz branco e salada Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Alho francês Pratos: Massa de Peixe Dieta: Peixe no forno c/batata cozida e salada Sobremesa: Pudim flan
6ª Feira	Sopa: Bonita Prato: Dieta: Bife de frango grelhado com arroz e salada Sobremesa: Fruta da época

- Ementa sujeita a alterações



## CENTRO COMUNITÁRIO DU BOCAGE CRECHE - 1 - 3 ANOS

### EMENTA

Semana de: 13/11 a 17/11/2017

2ª Feira	Sopa: Sopa Cenoura Prato: Peixe cozido c/legumes Dieta: Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Juliana Prato: Bife grelhado c/ batata frita e salada Dieta: Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Espinafres Prato: Pescada à Brás e salada Dieta: Solha no forno c/puré de batata e salada Sobremesa: Leite Creme
5ª Feira	Sopa: Canja Prato: Arroz de pato e salada Dieta: Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Agrião Prato: Dieta: Peixe cozido e legumes Sobremesa: Gelatina

- Ementa sujeita a alterações



CENTRO COMUNITÁRIO DU BOCAGE  
CRECHE - 1 - 3 ANOS

EMENTA

Semana de: 20/11 a 24/11/2017

2ª Feira	Sopa: Juliana Prato: Carne à portuguesa e salada Dieta: Bife de frango c/arroz e salada Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Feijão verde Prato: Dieta: Salada de peixe Sobremesa: Bolo de iogurte
4ª Feira	Sopa: Bonita Prato: Dieta: Bife de peru grelhado c/ arroz de manteiga e salada Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Creme de abóbora Prato: Douradinhos fritos c/arroz de cenoura e salada Dieta: Peixe cozido c/ legumes Sobremesa: Bolo de iogurte
6ª Feira	Sopa: Canja Prato: Frango à Brás e salada Dieta: Bife de peru c/esparguete e salada Sobremesa: Fruta da época

- Ementa sujeita a alterações