

Centro Comunitário Du Bocage

Creche – 1 a 3 Anos

Semana de 27 de novembro a 1 de dezembro 2017

Segunda

Sopa	Sopa de Agrião
Prato	
Dieta	Maruca no forno com puré de batata e salada ^{1,3,4,5,6,7,8,12}
Sobremesa	Fruta da Época

Terça

Sopa	Sopa de Alho Francês com Abóbora
Prato	
Dieta	Bife de frango grelhado com esparguete e salada ^{1,3,5,6,7}
Sobremesa	Gelatina ^{1,3,6,7,8}

Quarta

Sopa	Sopa de Cenoura
Prato	
Dieta	Peixe cozido e legumes ⁴
Sobremesa	Bolo de logurte ^{1,3,5,6,7,8}

Quinta

Sopa	Canja ^{1,3,7}
Prato	Peito de peru com espirais e salada ^{1,3,5,6,7}
Dieta	
Sobremesa	Fruta da Época

Sexta

FERIADO

Nota: Ementa sujeita a alterações



A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Tremoço; ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço; ¹⁴Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Centro Comunitário Du Bocage

Creche – 1 a 3 Anos

Semana de 4 a 8 de dezembro 2017

Segunda

Sopa	Canja ^{1,3,7}
Prato	
Dieta	Frango assado com esparguete e salada ^{1,3,5,6,7}
Sobremesa	Fruta da Época

Terça

Sopa	Sopa de coentros
Prato	Peixe cozido com legumes ⁴
Dieta	
Sobremesa	Pudim Chinês ^{1,3,7}

Quarta

Sopa	Sopa de Espinafres
Prato	
Dieta	Bife de peru grelhado com espirais e salada ^{1,3,5,6,7}
Sobremesa	Fruta da Época

Quinta

Sopa	Sopa juliana
Prato	
Dieta	Salmão grelhado e salada ^{4,5,6}
Sobremesa	Gelatina ^{1,3,6,7,8}

Sexta

Sopa	FERIADO
Prato	
Sobremesa	

Nota: Ementa sujeita a alterações



A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten., ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Tremoço; ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço; ¹⁴Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Centro Comunitário Du Bocage

Creche – 1 a 3 Anos

Semana de 11 a 15 de dezembro 2017

Segunda

Sopa	Creme de cenoura
Prato	Peixe-Espada grelhado com batata cozida e salada ^{4,5,6}
Dieta	
Sobremesa	Fruta da Época

Terça

Sopa	Sopa Primavera
Prato	Macarronada de frango e salada ^{1,3,5,6,7}
Dieta	Bife de peru grelhado com massa e salada ^{1,3,5,6,7}
Sobremesa	Fruta da Época

Quarta

Sopa	Sopa Bonita
Prato	Salada de peixe ^{3,4}
Dieta	
Sobremesa	Arroz Doce ^{1,3,7}

Quinta

Sopa	Canja ^{1,3,7}
Prato	Frango assado com arroz branco e salada ^{5,6}
Dieta	
Sobremesa	Fruta da Época

Sexta

Sopa	Creme de legumes
Prato	Perca cozida com batata cozida e salada ⁴
Dieta	
Sobremesa	Gelatina ^{1,3,6,7,8}

Nota: Ementa sujeita a alterações



A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Tremoço; ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço; ¹⁴Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Centro Comunitário Du Bocage

Creche – 1 a 3 Anos

Semana de 18 a 22 de dezembro 2017

Segunda

Sopa	Creme de abóbora
Prato	Empadão de carne com puré e salada 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14
Dieta	Febras grelhadas com espirais e salada 1,3,5,6,7
Sobremesa	Fruta da Época

Terça

Sopa	Sopa de Espinafres
Prato	Atum com feijão frade 3,4,5,6
Dieta	Corvina cozida com legumes 4
Sobremesa	Gelatina ^{1,3,6,7,8}

Quarta

Sopa	Sopa de nabiças
Prato	Jardineira e salada 5,6
Dieta	Bifes de peru grelhado com arroz branco e salada 5,6
Sobremesa	Fruta da Época

Quinta

Sopa	Sopa de Alho francês
Prato	Massa de peixe 1,3,4,5,6,7
Dieta	Peixe no forno com batata cozida e salada 4,5,6
Sobremesa	Pudim flan 1,3,7

Sexta

Sopa	Sopa bonita
Prato	
Dieta	Frango assado com arroz de manteiga e salada
Sobremesa	Fruta da Época

Nota: Ementa sujeita a alterações



A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten., ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Tremoço; ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço; ¹⁴Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Centro Comunitário Du Bocage

Creche – 1 a 3 Anos

Semana de 25 a 29 de dezembro 2017

Segunda

FERIADO

Terça

ENCERRADO

Quarta

Sopa	Sopa de espinafres
Prato	
Dieta	Solha no forno com puré de batata e salada ^{1,3,4,5,6,7,8,12}
Sobremesa	Leite Creme ^{1,3,6,7,8,12}

Quinta

Sopa	Canja ^{1,3,7}
Prato	Arroz de pato e salada ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
Dieta	
Sobremesa	Fruta da Época

Sexta

Sopa	Sopa de agrião
Prato	
Dieta	Peixe cozido e legumes ⁴
Sobremesa	Gelatina ^{1,3,6,7,8}

Nota: Ementa sujeita a alterações



A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten., ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Tremoço; ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço; ¹⁴Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Centro Comunitário Du Bocage

Creche – 1 a 3 Anos

Semana de 1 a 5 de janeiro 2017

Segunda

FERIADO

Terça

ENCERRADO

Quarta

Sopa	Sopa Bonita
Prato	
Dieta	Bife de peru grelhado com arroz de manteiga e salada ^{5,6,7}
Sobremesa	Fruta da Época

Quinta

Sopa	Creme de abóbora
Prato	Douradinhos fritos com arroz de cenoura e salada 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14
Dieta	Peixe cozido com legumes ⁴
Sobremesa	Bolo de leite ^{1,3,5,6,7}

Sexta

Sopa	Canja ^{1,3,7}
Prato	Frango à Brás e salada ^{1,3,5,6,7}
Dieta	Bife de frango com esparguete e salada ^{1,3,5,6,7}
Sobremesa	Gelatina ^{1,3,6,7,8}

Nota: Ementa sujeita a alterações



A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Tremoço; ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço; ¹⁴Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.