



# CENTRO COMUNITÁRIO DO BOCAGE

## CRECHE - 1 - 3 ANOS

### EMENTA

Semana de: 25/06 a 29/06/2018

2ª Feira	Sopa: Agrião Pratos: Dieta: Maruca no forno c/puré de batata e salada Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Canja Pratos: Dieta: Frango assado c/ esparguete e salada Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Cenoura Pratos: Dieta: Peixe cozido e legumes Sobremesa: Gelatina
5ª Feira	Sopa: Feijão verde Prato: Dieta: Peito de peru c/ espirais e salada Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Couve portuguesa Prato: Red fish no forno c/batata assada e salada Dieta: Sobremesa: Bolo de iogurte

- Ementa sujeita a alterações



# CENTRO COMUNITÁRIO DO BOCAGE

## CRECHE - 1 - 3 ANOS

### EMENTA

Semana de: 02/07 a 06/07/2018

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

- Ementa sujeita a alterações



# CENTRO COMUNITÁRIO DO BOCAGE

## CRECHE - 1 - 3 ANOS

### EMENTA

Semana de: 09/07 a 13/07/2018

2ª Feira	Sopa: Creme de cenoura Pratos: Dieta: Salmão grelhado c/ batata cozida e salada Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Primavera Pratos: Macarronada de frango e salada Dieta: Bife de frango grelhado c/massa e salada Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Bonita Pratos: Dieta: Salada de peixe Sobremesa: Arroz Doce
5ª Feira	FERIADO
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: 16/07 a 20/07/2018

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: Juliana Prato: Arroz à valenciana c/ salada Dieta: Bife de peru grelhado c/ arroz e salada Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Alho francês Pratos: Massa de Peixe e salada Dieta: Peixe no forno c/batata cozida e salada Sobremesa: Pudim flan
6ª Feira	Sopa: Bonita Prato: Jardineira e salada 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: 23/07 a 27/07/2018

2ª Feira	Sopa: Sopa Cenoura Prato: Dieta: Solha no forno c/batata e salada Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Juliana Prato: Grelhada mista c/batata frita, arroz e salada Dieta: Bife de frango grelhado c/ arroz e salada Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Espinafres Prato: Dieta: Peixe espada grelhado c/batata cozida 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 com legumes Sobremesa: Gelatina

- Ementa sujeita a alterações



# CENTRO COMUNITÁRIO DU BOCAGE

## CRECHE - 1 - 3 ANOS

### EMENTA

Semana de: 30/07 a 03/08/2018

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

- Ementa sujeita a alterações