



# CENTRO COMUNITÁRIO DO BOCAGE

## CRECHE - 1 - 3 ANOS

### EMENTA

Semana de: 17/09 a 21/09/2018

2ª Feira	Sopa: Agrião Pratos: Dieta: Maruca no forno c/puré de batata e salada Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Canja Pratos: Frango assado c/ esparguete e salada Dieta: 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/espírais 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: 24/09 a 28/10/2018

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/ espirais 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: 01/10 a 05/10/2018

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 peru grelhado c/massa e salada Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Bonita Pratos: Dieta: Salada de peixe 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 DU BOCAGE

## CRECHE - 1 - 3 ANOS

### EMENTA

Semana de: 08/10 a 12/10/2018

2ª Feira	Sopa: Creme de abóbora Prato: Empadão de carne c/purê e salada Dieta: Febras grelhadas c/ espirais e salada Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Espinafres Prato: Atum com feijão frade Dieta: Corvina cozida c/legumes Sobremesa: Gelatina
4ª Feira	Sopa: Juliana Prato: Jardineira de frango Dieta: Bife de frango grelhado c/arroz 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: Arroz a valenciana Dieta: Bife de peru grelhado com massa Sobremesa: Fruta da época

- Ementa sujeita a alterações



# CENTRO COMUNITÁRIO DU BOCAGE

## CRECHE - 1 - 3 ANOS

### EMENTA

Semana de: 15/10 a19/10 DE 2018

2ª Feira	Sopa: Sopa Cenoura Prato: Dieta: Solha no forno c/batata e salada Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	SOPA: PRTO:BIFE DE FRANGO GRELHADO C/ARROZ DIETA: SOBREMESA:FRUTA
4ª Feira	Sopa: Espinafres Prato: Dieta: Peixe cozido c/legumes 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 espada grelhado e legumes Sobremesa: Gelatina

- Ementa sujeita a alterações



# CENTRO COMUNITÁRIO DU BOCAGE

## CRECHE - 1 - 3 ANOS

### EMENTA

Semana de: 22/10 a 26/10 DE 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 assado c/batata no forno e salada Sobremesa: Fruta da época

- Ementa sujeita a alterações