



CENTRO COMUNITÁRIO DO BOCAGE
CRECHE - 1 - 3 ANOS
EMENTA

Semana de: 29/10 a 02/11/2018

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: Frango assado c/esparguete e salada Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Cenoura Pratos: Dieta: Peixe cozido e legumes Sobremesa: Gelatina
5ª Feira	FERIADO
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 DU BOCAGE

CRECHE - 1 - 3 ANOS

EMENTA

Semana de: 05/11 a 09/11/2018

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: Dieta: Salmão grelhado c/ batatas e salada Sobremesa: Pudim Chinês
6ª Feira	Sopa: Creme de couve-flor c/macedónia Prato: Rolo de carne c/arroz branco e salada Dieta: Febras grelhadas c/arroz branco e salada Sobremesa: Fruta da época

- Ementa sujeita a alterações



CENTRO COMUNITÁRIO DU BOCAGE

CRECHE - 1 - 3 ANOS

EMENTA

Semana de: 12/11 a 16/11/2018

2ª Feira	Sopa: Creme de cenoura Pratos: Dieta: Peixe espada c/ batata cozida e salada Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Primavera Pratos: Esparguete à bolonhesa 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: 19/11 a 23/11/2018

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: Almondegas c/arroz branco e salada Dieta: Bifes de peru grelhado com massa e salada Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Alho francês Pratos: Massa de Peixe Dieta: Peixe espada grelhado c/batata cozida e salada Sobremesa: Pudim flan
6ª Feira	Sopa: Bonita Prato: Jardineira 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: 26/11 a 30/11/2018

2ª Feira	Sopa: Sopa Cenoura Prato: Dieta: Peixe cozido c/legumes Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Juliana Prato: Lasanha e salada Dieta: Bife de frango grelhado c/arroz e salada Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Espinafres Prato: Dieta: Solha no forno c/ 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: Salmão grelhado e legumes Sobremesa: Gelatina

- Ementa sujeita a alterações



CENTRO COMUNITÁRIO DU BOCAGE
CRECHE - 1 - 3 ANOS

EMENTA

Semana de: 03/12 a 07/12/2018

2ª Feira	Sopa: Juliana Prato: Hambúrguer c/batata frita, arroz branco 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: Gelatina
4ª Feira	Sopa: Bonita Prato: Dieta: Bife de peru grelhado c/ espirais e salada Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Coentros Prato: Douradinhos fritos c/arroz 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