



# EMENTA SEMANAL

## Creche

### Ano Letivo 2020/2021



21/06 a 25/06

#### 2ª Feira

Lanche Manhã	Fruta da época
SOPA:	Canja de Galinha
PRATO:	Estufadinhos de Vaca c/Macarrão
LANCHE:	logurte e Pão com Queijo

#### 3ª Feira

Lanche Manhã	Fruta da época
SOPA:	Creme de Abóbora
PRATO:	Douradinhos c/arroz de Legumes
LANCHE:	Papas de Aveia c/Fruta

#### 4ª Feira

Lanche Manhã	Fruta da época
SOPA:	Legumes
PRATO:	Perna de Perú Estufada c/Puré de Batata
LANCHE:	CEREAIS (Estrelitas ou Papa)

#### 5ª Feira

Lanche Manhã	Fruta da época
SOPA:	Sopa de Nabiças
PRATO:	Massada de Peixe
LANCHE:	logurte e Pão com Fiambre de Perú

#### 6ª Feira

Lanche Manhã	Banana
SOPA:	Creme de Ervilhas
PRATO:	Strogonoff de Perú c/Arroz
LANCHE:	Papas de Aveia c/Fruta

NOTA: Esta ementa poderá estar sujeita a alterações

