



Município de Caminha 06 a 10 de Fevereiro		SEGUNDA-FEIRA
Sopa	Sopa de couve-lombarda	
Prato	Esparguete à Bolonhesa (esparguete cozido, carne de vaca picada, molho de tomate)	
Hortícolas	Brócolos cozidos	
Vegetariano	Massa esparguete com cogumelos, legumes salteados (couve branca e cenoura) e molho de tomate	
Fruta	Fruta da época	
		TERÇA-FEIRA
Sopa	Sopa de espinafres	
Prato	Bacalhau à Gomes de Sá	
Hortícolas	Couve branca cozida com cenoura	
Vegetariano	Batata com grão e legumes salteados (couve branca e cenoura)	
Fruta	Fruta da época	
		QUARTA-FEIRA
Sopa	Creme de cenoura e lentilhas	
Prato	Ovo mexido com fiambre e arroz de ervilhas	
Hortícolas	Salada de tomate e cenoura ralada	
Vegetariano	Lentilhas estufadas com cogumelos e arroz branco	
Fruta	Fruta da época	
		QUINTA FEIRA
Sopa	Sopa de couve branca	
Prato	Filetes de cavala no forno com tomilho, limão e arroz de tomate	
Hortícolas	Legumes incorporados	
Vegetariano	Chili de feijão vermelho com legumes e arroz branco (couve branca e cenoura)	
Fruta	Fruta da época	
		SEXTA-FEIRA
Sopa	Sopa de couve nabiça e feijão vermelho	
Prato	Jardineira de frango (Frango aos cubos, cenoura, ervilhas e batata com molho de tomate)	
Hortícolas	Legumes incorporados	
Vegetariano	Jardineira de Tofu (Tofu aos cubos, cenoura, ervilhas e batata com molho de tomate)	
Fruta	Fruta da época	

Excepcionalmente, por motivos de indisponibilidade dos produtos alimentares nos fornecedores, a ementa poderá ser alterada sem aviso prévio. As refeições contêm ou poderão conter substâncias ou produtos alergénios, que para quem não é alérgico ou intolerante são totalmente inofensivos. Qualquer alteração à ementa deve ser solicitada previamente. Se o seu filho apresentar alguma alergia, avise a educadora e apresente declaração médica.

