



Município de Caminha 13 a 17 de Março		SEGUNDA-FEIRA
Sopa	Sopa de couve-lombarda e feijão branco	
Prato	Massa Bolonhesa (carne novilho picada, cogumelos, molho de tomate, massa esparguete cozida)	
Hortícolas	Salada de tomate, milho e couve roxa	
Vegetariano	Massa esparguete com legumes e molho de tomate	
Fruta	Fruta da época	
TERÇA-FEIRA		
Sopa	Sopa de feijão verde	
Prato	Filetes de cavala gratinadas no forno com molho de tomate e batata cozida	
Hortícolas	Salada de alface, cebola e cenoura ralada	
Vegetariano	Lentilhas estufadas com legumes (espinafres, tomate e cenoura) e arroz branco	
Fruta	Fruta da época	
QUARTA-FEIRA		
Sopa	Creme de Brócolo	
Prato	Massa (esparguete) de peru e feijão vermelho	
Hortícolas	Salada de alface, tomate e pepino	
Vegetariano	Chili de feijão vermelho com legumes e arroz branco (couve branca e cenoura)	
Fruta	Fruta da época	
QUINTA FEIRA		
Sopa	Sopa de Couve Coração	
Prato	Pernas de frango no forno com batata frita	
Hortícolas	Salada de tomate, cebola e pepino	
Vegetariano	Batata frita com salsicha vegetariana	
Fruta	Fruta da época	
SEXTA-FEIRA		
Sopa	Creme de cenoura	
Prato	Pescada cozida com batata e ovo	
Hortícolas	Couve branca e cenoura cozida	
Vegetariano	Feijão preto com tofu aos cubos, couve branca e arroz branco	
Fruta	Fruta da época	

Exceccionalmente, 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.