



Município de Caminha 12 a 16 de Junho		SEGUNDA-FEIRA
Sopa	Sopa de couve-branca	
Prato	Massa italiana (massa penne com peru aos cubos, ovo cozido e azeitonas)	
Hortícolas	Salada de alface, tomate e cenoura	
Vegetariano	Massa de feijão vermelho, couve-branca e cenoura com molho de tomate	
Fruta	Fruta da época	
		TERÇA-FEIRA
Sopa	Sopa de couve lombarda	
Prato	Pescada à Gomes de Sá	
Hortícolas	Couve branca e couve cozida	
Vegetariano	Estufado de grão-de-bico aos cubos com batata cozida	
Fruta	Fruta da época	
		QUARTA-FEIRA
Sopa	Crema de abóbora e lentilhas	
Prato	Arroz primavera com ovo mexido e fiambre	
Hortícolas	Salada de alface, tomate e cenoura	
Vegetariano	Chilli de feijão vermelho com arroz branco	
Fruta	Fruta da época	
		QUINTA-FEIRA
Sopa	Sopa de couve branca	
Prato	Rojões com arroz branco	
Hortícolas	Salada de alface, couve roxa e tomate	
Vegetariano	Arroz branco com tofu estufado aos cubos	
Fruta	Fruta da época	
		SEXTA-FEIRA
Sopa	Crema de cenoura e grão de bico	
Prato	Filete de salmão no forno com batata cozida	
Hortícolas	Salada de alface, tomate e cebola	
Vegetariano	Arroz de feijão com estufado de legumes (couve-lombarda, couve-branca, cenoura)	
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 alergénicos, 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.