



Município de Caminha 19 a 23 de Junho		SEGUNDA-FEIRA
Sopa	Sopa de couve-branca e feijão branco	
Prato	Empadão de carne (novilho)	
Hortícolas	Salada de alface, tomate e cenoura	
Vegetariano	Massa de feijão branco, couve-branca e cenoura com molho de tomate	
Fruta	Fruta da época	
		TERÇA-FEIRA
Sopa	Sopa de couve lombarda	
Prato	Batata cozida com pescada e ovo	
Hortícolas	Couve branca e cenoura cozida	
Vegetariano	Estufado de grão-de-bico aos cubos com batata cozida	
Fruta	Fruta da época	
		QUARTA-FEIRA
Sopa	Creme de abobora e lentilhas	
Prato	Arroz de atum	
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	Massa esparguete com hambúrgueres	
Hortícolas	Salada de alface, couve roxa e tomate	
Vegetariano	Arroz branco com tofu estufado aos cubos	
Fruta	Fruta da época	
		SEXTA-FEIRA
Sopa	Creme de cenoura e grão de bico	
Prato	Maruca 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 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.