

	LANCHE MANHÃ *	SOPA	PRATO	SOBREMESA	LANCHE
1 2ª FEIRA	Feriado – Dia de todos os Santos				
2 3ª FEIRA	FRUTA DA ÉPOCA	CREME DE JULIANA	ATUM COM ARROZ BRANCO, MILHO E OVO COZIDO	FRUTA DA ÉPOCA	IOGURTE DE AROMA PÃO C/ MANTEIGA OU DOCE
3 4ª FEIRA	FRUTA DA ÉPOCA	CREME DE CENOURA	ALMONDEGAS COM ARROZ E SALADA	FRUTA DA ÉPOCA	LEITE BRANCO OU CHOCOLATE PÃO C/ FIAMBRE PERÚ/MANTEIGA
4 5ª FEIRA	FRUTA DA ÉPOCA	CREME DE FEIJÃO-VERDE	DOURADINHOS COM PURÉ E CENOURINHAS	FRUTA DA ÉPOCA	IOGURTE DE AROMA PÃO C/ MANTEIGA OU DOCE
5 6ª FEIRA	FRUTA DA ÉPOCA	CANJA DE GALINHA	BIFE DE FRANGO COM ESPARGUETE E ALFACE	FRUTA DA ÉPOCA	LEITE BRANCO OU CHOCOLATE BOLO DE LIMÃO

ÀS 2ª E 4ª FEIRAS OS LANCHES DO PRÉ-ESCOLAR SÃO CEREAIS COM LEITE

* O lanche da manhã é servido ao Pré-Escolar a meio da manhã.

As refeições contêm ou podem conter substâncias ou produtos e seus derivados, que podem causar alergias. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar na secretaria do colégio.

	LANCHE MANHÃ *	SOPA	PRATO	SOBREMESA	LANCHE
8 2ª FEIRA	FRUTA DA ÉPOCA	CREME DE ESPINAFRES	ESPARGUETE À BOLONHESA COM SALADA	FRUTA DA ÉPOCA	LEITE BRANCO OU CHOCOLATE PÃO C/ FIAMBRE PERÚ/MANTEIGA
9 3ª FEIRA	FRUTA DA ÉPOCA	CREME DE LEGUMES	BACALHAU À BRÁS COM SALADA	FRUTA DA ÉPOCA	IOGURTE DE AROMA PÃO C/ MANTEIGA OU DOCE
10 4ª FEIRA	FRUTA DA ÉPOCA	CREME DE BRÓCOLOS	CROQUETES DE CARNE COM ARROZ E SALADA	FRUTA OU GELATINA	LEITE BRANCO OU CHOCOLATE PÃO C/ QUEIJO OU MANTEIGA
11 5ª FEIRA	FRUTA DA ÉPOCA	CREME DE AGRIÃO	PEIXE NO FORNO COM BATATA	FRUTA DA ÉPOCA	IOGURTE DE AROMA PÃO C/ MANTEIGA OU DOCE
12 6ª FEIRA	FRUTA DA ÉPOCA	CANJA DE GALINHA	FRANGO ASSADO NO FORNO C/ BATATA E SALADA	FRUTA DA ÉPOCA	LEITE BRANCO OU CHOCOLATE BOLO DE CENOURA

ÀS 2ª E 4ª FEIRAS OS LANCHES DO PRÉ-ESCOLAR SÃO CEREAIS COM LEITE

* O lanche da manhã é servido ao Pré-Escolar a meio da manhã.

As refeições contêm ou podem conter substâncias ou produtos e seus derivados, que podem causar alergias. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.

Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar na secretaria do colégio.

	LANCHE MANHÃ *	SOPA	PRATO	SOBREMESA	LANCHE
15 2º FEIRA	FRUTA DA ÉPOCA	CREME DE ESPINAFRES	NUGGETS COM MASSA E SALADA	FRUTA OU GELATINA	LEITE BRANCO OU CHOCOLATE PÃO C/ FIAMBRE PERÚ/MANTEIGA
16 3º FEIRA	FRUTA DA ÉPOCA	CREME DE CENOURA	BACALHAU ESPIRITUAL COM SALADA	FRUTA DA ÉPOCA	IOGURTE DE AROMA PÃO C/ MANTEIGA OU DOCE
17 4º FEIRA	FRUTA DA ÉPOCA	CREME DE AGRIÃO	LOMBO ASSADO NO FORNO C/ ARROZ E SALADA	FRUTA DA ÉPOCA	LEITE BRANCO OU CHOCOLATE PÃO C/ QUEIJO OU MANTEIGA
18 5º FEIRA	FRUTA DA ÉPOCA	CREME DE BRÓCOLOS	FILETES COM ARROZ ALEGRE	FRUTA DA ÉPOCA	IOGURTE DE AROMA PÃO C/ MANTEIGA OU DOCE
19 6º FEIRA	FRUTA DA ÉPOCA	CANJA DE GALINHA	ARROZ DE PATO COM SALADA	FRUTA DA ÉPOCA	LEITE BRANCO OU CHOCOLATE BOLO DE IOGURTE

ÀS 2º E 4º FEIRAS OS LANCHES DO PRÉ-ESCOLAR SÃO CEREAIS COM LEITE

* O lanche da manhã é servido ao Pré-Escolar a meio da manhã.

As refeições contêm ou podem conter substâncias ou produtos e seus derivados, que podem causar alergias. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar na secretaria do colégio.

	LANCHE MANHÃ *	SOPA	PRATO	SOBREMESA	LANCHE
22 2º FEIRA	FRUTA DA ÉPOCA	CREME DE COUVE FLOR	FRANGO GUISADO COM ESPARGUETE E SALADA	FRUTA DA ÉPOCA	LEITE BRANCO OU CHOCOLATE PÃO C/ FIAMBRE PERÚ/MANTEIGA
23 3º FEIRA	FRUTA DA ÉPOCA	CREME DE NABIÇAS	CALAMARES COM ARROZ ALEGRE	FRUTA DA ÉPOCA	IOGURTE DE AROMA PÃO C/ MANTEIGA OU DOCE
24 4º FEIRA	FRUTA DA ÉPOCA	CREME DE COURGETTE	BIFE DE FRANGO C/ ESPARGUETE E SALADA	FRUTA OU GELATINA	LEITE BRANCO OU CHOCOLATE PÃO C/ QUEIJO OU MANTEIGA
25 5º FEIRA	FRUTA DA ÉPOCA	CREME DE ALHO FRANCÊS	LASANHA DE ATUM COM SALADA	FRUTA DA ÉPOCA	IOGURTE DE AROMA PÃO C/ MANTEIGA OU DOCE
26 6º FEIRA	FRUTA DA ÉPOCA	CANJA DE GALINHA	CARNE ESTUFADA COM ESPARGUETE E SALADA	FRUTA DA ÉPOCA	LEITE BRANCO OU CHOCOLATE BOLO DE LARANJA

ÀS 2ª E 4ª FEIRAS OS LANCHES DO PRÉ-ESCOLAR SÃO CEREAIS COM LEITE

* O lanche da manhã é servido ao Pré-Escolar a meio da manhã.

As refeições contêm ou podem conter substâncias ou produtos e seus derivados, que podem causar alergias. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar na secretaria do colégio.



Colégio Europa
Pré-escolar . 1º Ciclo . 2º Ciclo

Novembro 2021

EMENTA
5ª SEMANA

	LANCHE MANHÃ *	SOPA	PRATO	SOBREMESA	LANCHE
29 2º FEIRA	FRUTA DA ÉPOCA	CREME DE ERVILHAS	ESPARGUETE CARBONARA COM SALADA	FRUTA DA ÉPOCA	LEITE BRANCO OU CHOCOLATE PÃO C/ FIAMBRE PERÚ/MANTEIGA
30 3º FEIRA	FRUTA DA ÉPOCA	CREME DE NABIÇAS	BACALHAU COM NATAS E SALADA	FRUTA DA ÉPOCA	IOGURTE DE AROMA PÃO C/ MANTEIGA OU DOCE

ÀS 2º E 4º FEIRAS OS LANCHES DO PRÉ-ESCOLAR SÃO CEREAIS COM LEITE

* O lanche da manhã é servido ao Pré-Escolar a meio da manhã.

As refeições contêm ou podem conter substâncias ou produtos e seus derivados, que podem causar alergias. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar na secretaria do colégio.