Dare Communitate
COLÉGIO CORTE REAL
Cooperativa de Solidariedade Social, C.R.L.

CRECHE 10-12 meses	Almoço	Ementa 2 De 03/05/2021 a 07/05/2021	Ementa 3 De 10/05/2021 a 14/05/2021	Ementa 4 De 17/05/2021 a 21/05/2021	Ementa 1 De 24/05/2021 a 28/05/2021
Segunda	**Sopa**	Creme de abóbora	Sopa de alho francês e legumes	Sopa de espinafres	Sopa juliana de legumes
	Prato	Massada de peixe com maruca e cotovelinhos	Rolo de carne recheado com batata assada e salada alface	Arroz malandro de pescada, tomate e coentros	Strogonoff de perú c/ massa gratinada e legumes
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche	Seleção variada	Seleção variada	Seleção variada	Seleção variada
Terça	**Sopa**	Sopa de legumes c/ cenoura, curgete e espinafres	Creme de curgete	Creme de curgete e batata-doce	Sopa de legumes com alface
	Prato	Frango assado no forno com batatinha e legumes salteados	Arroz de maruca com coentros	Hamburguer de Vaca com esparguete com salada de alface e	Bacalhau guisado com batata e ovo escalfado
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche	Seleção variada	Seleção variada	Seleção variada	Seleção variada
Quarta	**Sopa**	Puré de legumes com couve-flor	Sopa de agrião	Creme de alho francês e coentros	Canja com massinha pevide e cenoura
	Prato	Bacalhau cozido com grão, batata e couve-flor	Esparguete à Bolonhesa	Lombo de Salmão grelhado c/ arroz de legumes	Feijoada de aves com couve lombarda e cenoura e arroz branco
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche	Seleção variada	Seleção variada	Seleção variada | Gelatina	Seleção variada | Gelatina
Quinta	**Sopa**	Creme de alface e alho francês	Creme de curgete e bróculos	Sopa de feijão verde	Sopa de legumes com feijão-verde e alho francês
	Prato	Vitela estufada c/ arroz de cenoura e salada de alface	Salmão cozida com batata, ovo e couve-flor	Jardineira de vitela com batatinhas e ervilhas	Empadão de atum com arroz e salada alface
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche	Seleção variada	Seleção variada	Seleção variada	Seleção variada
Sexta	**Sopa**	Puré de legumes com alface	Sopa de nabiças	Creme de couve-flor	Puré de legumes com alho francês
	Prato	Medalhões de pescada no forno c/ batata cozida e bróculos	Arroz à valenciana com salada de alface e cenoura	*Perca*assado no forno com legumes e arroz branco	Borrego no forno c/ massa penne e salada de alface
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche	Seleção variada	Seleção variada	Seleção variada	Seleção variada

** A seleção variada entre: leite (simples ou com cevada), iogurte de aromas líquido ou sólido, fruta fresca, pão (manteiga, marmelada, fiambre ou queijo), cereais de trigo ou bolachas/biscoitos.*

*** As ementas poderão sofrer alterações, por motivos de escoamento de produtos, mantendo a qualidade das refeições**