



EMENTA FEVEREIRO



Dia	Sopa	Prato	Sobremesa
30 2ª feira	Couve-flor	Esparguete à bolonhesa com cenoura raspada	Fruta
31 3ª feira	Lombardo com feijão vermelho	Strogonoff de porco com salada	Fruta/doce
1 4ª feira	Joaninha	Rancho à regional	Fruta
2 5ª feira	Caldo verde	Arroz de peixes com delícias do mar	Fruta
3 6ª feira	Macedónia	Perna de porco assada com batatas e salada	Fruta
6 2ª feira	Espinafres	Gratinado de vitela com cogumelos e fusilli	Fruta
7 3ª feira	Grão	Atum com salada russa	Fruta/doce
8 4ª feira	Sabóia	Frango com talharim e cenoura	Fruta
9 5ª feira	Juliana	Calamares no forno com arroz e salada mista	Fruta
10 6ª feira	Creme de legumes	Rojões com batatas fritas e salada mista	Fruta
13 2ª feira	Creme de ervilhas	Lasanha de carne com salada mista	Fruta
14 3ª feira	Canja de galinha	Arroz de lulas com salada	Fruta
15 4ª feira	Coração	Feijoada à transmontana	Fruta
16 5ª feira	Brócolos e cenoura	Bacalhau à Brás com salada mista	Fruta/doce
17 6ª feira	Feijão-verde	Arroz de peru no forno com salada	Fruta
20 2ª feira		Colégio encerrado	
21 3ª feira		Colégio encerrado	
22 4ª feira		Colégio encerrado	
23 5ª feira	Alho francês	Peru assado com batatas e salada mista	Fruta
24 6ª feira	Grelos e feijão branco	Rissóis de peixe com arroz de legumes	Fruta
27 2ª feira	Couve-flor	<i>Pizza</i> com fiambre, cogumelos, queijo e salada	Fruta
28 3ª feira	Lombardo	Lombos de perca gratinados com arroz primavera	Fruta
29 4ª feira	Espinafres c/ grão	Fêveras estufadas com esparguete e salada	Fruta
1 5ª feira	Caldo verde	Jardineira de carnes	Fruta
2 6ª feira	Nabo e cenoura	Arroz com atum e legumes	Fruta/doce



Al Jardins da Arrábida - 4400-478 Gaia
 Tel.: 22 771 81 80 - Fax.: 22 771 81 83
www.colegiocedros.pt
colegiocedros@colegiosfomento.pt

