CENTRO COMUNITÁRIO DA QUINTA DO CONDE
de pessoas para pessoas desde 1987

EMENTA

Nº 5

Data 9 a 13 de novembro

Local Centro Infantil

2ª FEIRA	SOPA	Creme de cenoura
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de cenoura
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de cenoura com frango
	PRATO DE INICIAÇÃO	Frango estufado simples com massa e salada mista
	PRATO	Strogonoff de frango com massa e salada mista
	DIETA	Frango estufado simples com massa e salada mista
	SOBREMESA	Fruta da Época

3ª FEIRA	SOPA	Alho francês
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de alho Francês
	SOPA ENRIQUECIDA	Alho Francês com pescada
	PRATO DE INICIAÇÃO	Pescada cozida com batata e cenoura cozida
	PRATO	Salmão no forno com batata e cenoura cozida
	DIETA	Salmão no forno simples com batata e cenoura cozida
	SOBREMESA	Fruta da Época

4ª FEIRA	SOPA	Brócolos
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de abóbora
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de abóbora e peru
	PRATO DE INICIAÇÃO	Novilho estufado com legumes e esparguete
	PRATO	Esparguete à bolonhesa com salada mista
	DIETA	Novilho estufado simples com legumes e esparguete
	SOBREMESA	Fruta da Época

5ª FEIRA	SOPA	Macedónia
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de brócolos
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de brócolos com pescada
	PRATO DE INICIAÇÃO	Filetes de pescada no forno simples com arroz e cenoura cozida
	PRATO	Douradinhos com arroz e salada mista
	DIETA	Filetes de pescada no forno simples com arroz e cenoura cozida
	SOBREMESA	Fruta da Época

6ª FEIRA	SOPA	Couve-flor
	SOPA INICIAÇÃO	Couve-flor
	SOPA ENRIQUECIDA	Couve-flor com peru
	PRATO DE INICIAÇÃO	Rojões de peru estufados simples com legumes e esparguete
	PRATO	Rojões de peru com estufados com legumes e esparguete
	DIETA	Rojões de peru estufados simples com legumes e esparguete
	SOBREMESA	Fruta da Época

EMENTA SUJEITA ALTERAÇÕES

Glúten, Crustáceos, Ovos, Peixe, Amendoins, Soja, Lácteos, Frutos de casca, Aipo, Mostarda, Grãos de Sésamo, Dióxido de enxofre e sulfitos, Moluscos, Ovos

www.ccqc.pt

Edifício Sede
Rua José Relvas Lt.640
2975-325 Quinta do Conde
Telefone: 212 137 730
Email: geral@ccqc.pt

Centro Infantil
Rua Rio Liz Pª-G
2975-144 Quinta do Conde
Telefone: 212 110 080
Email: infantil@ccqc.pt