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

EMENTA

Nº 6

Data 16 a 20 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 com cenoura e massa
	PRATO	Jardineira de frango
	DIETA	Frango estufado simples com cenoura e massa
	SOBREMESA	Fruta da época

3ª FEIRA	SOPA	Couve-flor
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de couve-flor
	SOPA ENRIQUECIDA	Couve-flor com pescada
	PRATO DE INICIAÇÃO	Pescada cozida com batata e cenoura
	PRATO	Meia desfeita de paloco
	DIETA	Pescada cozida com batata e cenoura
	SOBREMESA	Fruta da época

4ª FEIRA	SOPA	Espinafres
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de abóbora
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de abóbora com peru
	PRATO DE INICIAÇÃO	Peru estufado com batatinha assada e salada mista
	PRATO	Lombo de porco no forno com batatinha assada e salada mista
	DIETA	Peru estufado com batatinha assada e salada mista
	SOBREMESA	Fruta da época

5ª FEIRA	SOPA	Brócolos
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de brócolos
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de brócolos com pescada
	PRATO DE INICIAÇÃO	Pescada cozida com batata e feijão verde cozido
	PRATO	Bolonhesa de atum com salada mista
	DIETA	Pescada cozida com batata cozida e feijão verde cozido
	SOBREMESA	Fruta da época

6ª FEIRA	SOPA	Alho francês
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de alho francês
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de alho francês com frango
	PRATO DE INICIAÇÃO	Novilho estufado com massa e salada mista
	PRATO	Almondegas de novilho com esparguete e salada mista
	DIETA	Novilho estufado simples com esparguete e salada mista
	SOBREMESA	Fruta da época

EMENTA SUJEITA ALTERA ÇÕES

Glúten · Crustáceos · Ovos · Peixe · Amendoins · Soja · Lácteos · Frutos de casca · Aipo · Mostarda · Grãos de Sésamo · Bióxido 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