



EMENTA

Nº 1

Data 21 a 25 de Novembro de 2022

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 assado com batata no forno e couve coração	
	PRATO	Frango assado com batata no forno e couve coração	
	DIETA	Frango cozido com batata e couve cozida	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
3ª FEIRA	SOPA	Feijão manteiga com couve	
	SOPA INICIAÇÃO	Alho Francês	
	SOPA ENRIQUECIDA	Alho Francês com pescada	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Pescada cozida com batata e cenoura	
	PRATO	Empadão de atum com arroz e feijão verde	
	DIETA	Pescada cozida com batata e cenoura	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
4ª FEIRA	SOPA	Macedónia	
	SOPA INICIAÇÃO	Abóbora	
	SOPA ENRIQUECIDA	Abóbora com peru	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Perna de peru assada com esparguete e salada mista	
	PRATO	Lombo de porco assado com esparguete e salada mista	
	DIETA	Perna de peru cozida com esparguete e salada mista	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
5ª FEIRA	SOPA	Juliana	
	SOPA INICIAÇÃO	Curgete	
	SOPA ENRIQUECIDA	Curgete com solha	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Solha no forno com batata e brócolos	
	PRATO	Paloco à Gomes de Sá com brócolos	
	DIETA	Paloco cozido com batata e brócolos	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
6ª FEIRA	SOPA	Espinafres	
	SOPA INICIAÇÃO	Brócolos	
	SOPA ENRIQUECIDA	Brócolos com novilho	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Novilho grelhado com arroz e salada de alface	
	PRATO	Pá de porco no forno com arroz e salada de alface	
	DIETA	Novilho grelhado com arroz e salada de alface	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	

EMENTA SUJEITA ALTERAÇÕES

