



## EMENTA

Nº 1

Data 18 a 22 de Setembro de 2023

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 salada	
	PRATO	Frango assado com batata no forno e salada	
	DIETA	Frango assado ao natural (s/ gordura) com batata e salada	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
3ª FEIRA	SOPA	Feijão verde	
	SOPA INICIAÇÃO	Alho Francês	
	SOPA ENRIQUECIDA	Alho Francês com pescada	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Pescada cozida com arroz de cenoura e brócolos	
	PRATO	Empadão de atum com arroz e brócolos	
	DIETA	Pescada cozida com arroz de cenoura e brócolos	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
4ª FEIRA	SOPA	Macedónia	
	SOPA INICIAÇÃO	Abóbora	
	SOPA ENRIQUECIDA	Abóbora com novilho	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Novilho à bolonhesa	
	PRATO	Carne à bolonhesa com salada mista	
	DIETA	Bife de novilho grelhado com massa e salada	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
5ª FEIRA	SOPA	Juliana	
	SOPA INICIAÇÃO	Curgete	
	SOPA ENRIQUECIDA	Curgete com Abrótea	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Abrótea no forno com batata	
	PRATO	Paloco com todos	
	DIETA	Paloco com todos	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
6ª FEIRA	SOPA	Espinafres	
	SOPA INICIAÇÃO	Couve-flor	
	SOPA ENRIQUECIDA	Couve-flor com frango	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Bife de frango grelhado com massa e salada de alface	
	PRATO	Nuggets de frango com massa e salada mista	
	DIETA	Bife de frango com massa e salada de alface	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	

EMENTA SUJEITA ALTERAÇÕES

