



EMENTA

Nº 5

Data 19 a 23 de Fevereiro de 2024

Local Centro Infantil

2ª FEIRA	SOPA	Creme de cenoura	
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de cenoura	
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de cenoura com peru	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Bifes de peru grelhados com massa e cenoura cozida	🔥
	PRATO	Bifes de peru grelhados com massa e esparregado	🔥
	DIETA	Bifes de peru grelhados com massa e esparregado	🔥
SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	🍎	
3ª FEIRA	SOPA	Alho francês	
	SOPA INICIAÇÃO	Abóbora	
	SOPA ENRIQUECIDA	Abóbora com pescada	👤
	PRATO DE INICIAÇÃO	Pescada cozida com batata e brócolos	👤
	PRATO	Pescada cozida com batata e brócolos	👤
	DIETA	Pescada cozida com batata e brócolos	👤
SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	🍎	
4ª FEIRA	SOPA	Couve flor	
	SOPA INICIAÇÃO	Couve flor	
	SOPA ENRIQUECIDA	Couve flor com novilho	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Bife de novilho grelhado com arroz branco e couve cozida	
	PRATO	Salsichas frescas com couve lombardo e arroz branco	
	DIETA	Bife de novilho grelhado com arroz branco e couve cozida	
SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	🍎	
5ª FEIRA	SOPA	Feijão com Hortaliça	
	SOPA INICIAÇÃO	Alface	
	SOPA ENRIQUECIDA	Alface com solha	👤
	PRATO DE INICIAÇÃO	Abrótea no forno com batata a murro e grelos salteados	👤
	PRATO	Bacalhau assado com batata a murro e grelos salteados	👤
	DIETA	Bacalhau assado com batata a murro e grelos cozidos	👤
SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	🍎	
6ª FEIRA	SOPA	Creme de legumes	
	SOPA INICIAÇÃO	Curgete	
	SOPA ENRIQUECIDA	Curgete com frango	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Macarronada de frango com macedónia de legumes	🔥
	PRATO	Macarronada de porco com macedónia de legumes	🔥
	DIETA	Rojões de porco cozidos com massa e macedónia de legumes	🔥
SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	🍎	

EMENTA SUJEITA ALTERAÇÕES

