



EMENTA

Nº 3

Data 2 a 6 de Dezembro

Local Centro Infantil

2ª FEIRA	SOPA	Creme de cenoura	
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de cenoura	
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de cenoura com peru	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Peru no forno com arroz e salada	🍴
	PRATO	Perna de peru no forno com arroz e salada	🍴
	DIETA	Perna de peru cozida com arroz e salada	🍴
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	🍷
3ª FEIRA	SOPA	Abobora	
	SOPA INICIAÇÃO	Abobora	
	SOPA ENRIQUECIDA	Abobora com Abrótea	🍴
	PRATO DE INICIAÇÃO	Abrótea no forno com batata e brócolos	🍴
	PRATO	Paloco a Gomes Sá com brócolos	🍴
	DIETA	Paloco a Gomes Sá com brócolos	🍴
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	🍷
4ª FEIRA	SOPA	Macedónia	
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de Alface	
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de alface com novilho	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Bife de novilho com massa e salada	
	PRATO	Rojões de porco estufados com massa e salada	
	DIETA	Rojões de porco cozidos com massa e salada	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	🍷
5ª FEIRA	SOPA	Nabiça	
	SOPA INICIAÇÃO	Brócolos	
	SOPA ENRIQUECIDA	Brócolos com pescada	🍴
	PRATO DE INICIAÇÃO	Pescada no forno com batata e grelos	🍴
	PRATO	Medalhões de pescada no forno com batata e grelos	🍴
	DIETA	Medalhões de pescada cozido com batata e grelos	🍴
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	🍷
6ª FEIRA	SOPA	Juliana	
	SOPA INICIAÇÃO	Curgete	
	SOPA ENRIQUECIDA	Curgete com frango	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Frango assado com arroz e feijão verde	
	PRATO	Frango assado com arroz e feijão verde	
	DIETA	Frango cozido com arroz e salada	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	🍷

EMENTA SUJEITA ALTERAÇÕES

