



EMENTA

Nº 1

Data 6 a 10 de Janeiro

Local Centro Infantil

2ª FEIRA	SOPA	Creme de cenoura	
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de cenoura	
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de cenoura com frango	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Peru no forno com massa e brócolos salteados	
	PRATO	Peru no forno com massa e brócolos salteados	
	DIETA	Peru grelhado com massa e brócolos salteados	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
3ª FEIRA	SOPA	Couve lombardo	
	SOPA INICIAÇÃO	Alho Francês	
	SOPA ENRIQUECIDA	Alho Francês com abrótea	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Abrótea no forno com arroz e couve bruxelas	
	PRATO	Abrótea no forno com arroz de tomate e couve bruxelas	
	DIETA	Abrótea cozida com arroz de tomate e couve bruxelas	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
4ª FEIRA	SOPA	Macedónia	
	SOPA INICIAÇÃO	Abóbora	
	SOPA ENRIQUECIDA	Abóbora com novilho	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Esparguete a bolonhesa com salada (sem refogado)	
	PRATO	Esparguete a bolonhesa com salada	
	DIETA	Bife de novilho com massa e salada	
	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 cenoura	
	PRATO	Jardineira de pota	
	DIETA	Pota cozida com batata e macedónia de legumes	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
6ª FEIRA	SOPA	Creme de espinafres	
	SOPA INICIAÇÃO	Brócolos	
	SOPA ENRIQUECIDA	Brócolos com frango	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Novilho estufado com massa e ervilhas	
	PRATO	Macarronada de porco com ervilhas	
	DIETA	Novilho cozido com massa e ervilhas	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	

EMENTA SUJEITA ALTERAÇÕES

