



EMENTA

Nº 2

Data 13 a 17 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	Bife de frango com arroz e salada	
	PRATO	Costeletas a salsicheiro com arroz e salada	
	DIETA	Costeletas grelhadas com arroz e salada	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
3ª FEIRA	SOPA	Alho Francês	
	SOPA INICIAÇÃO	Alho Francês	
	SOPA ENRIQUECIDA	Alho francês com pescada	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Pescada com puré e couve salteada	
	PRATO	Empadão de atum e couve salteada	
	DIETA	Pescada com puré e couve salteada	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
4ª FEIRA	SOPA	Agrião	
	SOPA INICIAÇÃO	Alface	
	SOPA ENRIQUECIDA	Alface com novilho	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Perna de peru no forno com arroz	
	PRATO	Perna de peru no forno com arroz e espinafres	
	DIETA	Perna de peru cozida com arroz e espinafres	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
5ª FEIRA	SOPA	Lombardo	
	SOPA INICIAÇÃO	Curgete	
	SOPA ENRIQUECIDA	Curgete com abrótea	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Abrótea com batata e salada	
	PRATO	Paloco a Brás com salada	
	DIETA	Abrótea com batata e salada	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
6ª FEIRA	SOPA	Macedónia	
	SOPA INICIAÇÃO	Couve flor	
	SOPA ENRIQUECIDA	Couve flor com peru	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Bife de peru grelhado com massa e couve bruxelas	
	PRATO	Rancho magro	
	DIETA	Febras grelhadas com massa	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	

EMENTA SUJEITA ALTERAÇÕES

