



EMENTA

Nº 1

Data 14 a 18 de Julho

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 grelhado com arroz e salada	
	PRATO	Strogonoff de peru com arroz e salada	
	DIETA	Peru grelhado com arroz e salada	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
3ª FEIRA	SOPA	Agrião	
	SOPA INICIAÇÃO	Brócolos	
	SOPA ENRIQUECIDA	Brócolos com pescada	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Filetes de pescada no forno com batata e brócolos	
	PRATO	Filetes de pescada no forno com batata e brócolos	
	DIETA	Filetes de pescada no forno (s/gordura) com batata e brócolos	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
4ª FEIRA	SOPA	Alho francês	
	SOPA INICIAÇÃO	Alho francês	
	SOPA ENRIQUECIDA	Alho francês com frango	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Frango grelhado com massa e salada mista	
	PRATO	Panados de frango com massa e salada mista	
	DIETA	Frango grelhado com massa e salada mista	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
5ª FEIRA	SOPA	Macedónia	
	SOPA INICIAÇÃO	Curgete	
	SOPA ENRIQUECIDA	Curgete com solha	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Solha no forno com batata e salada	
	PRATO	Salmão grelhado com batata e salada	
	DIETA	Salmão grelhado com batata e salada	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
6ª FEIRA	SOPA	Nabiça	
	SOPA INICIAÇÃO	Couve-flor	
	SOPA ENRIQUECIDA	Couve-flor com novilho	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Bife de novilho grelhado com arroz e cenoura	
	PRATO	Carne de porco a portuguesa	
	DIETA	Bife de novilho grelhado com arroz e cenoura	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	

EMENTA SUJEITA ALTERAÇÕES

