



EMENTA

Nº 5

Data 29 de dezembro a 2 de janeiro

Local Centro Infantil

2 ^a FEIRA	SOPA	Alho francês
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de alho francês
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de alho francês com peru
	PRATO DE INICIAÇÃO	Bife de peru estufado simples com massa e couve-flor cozida
	PRATO	Bife de peru com cogumelos com massa e salada mista (alface e tomate)
	DIETA	Bife de peru grelhado com massa e salada mista (alface e tomate)
	SOBREMESA	Maçã

3 ^a FEIRA	SOPA	Creme de cenoura
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de cenoura
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de cenoura com solha
	PRATO DE INICIAÇÃO	Solha no forno simples com batata e cenoura cozida
	PRATO	Salmão no forno com batata e cenoura cozida
	DIETA	Solha no forno simples com batata e cenoura cozida
	SOBREMESA	Banana

6 ^a FEIRA	SOPA	Macedónia
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de abóbora
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de abóbora e novilho
	PRATO DE INICIAÇÃO	Bife de novilho estufado simples com arroz e brócolos cozidos
	PRATO	Ovos mexidos com arroz esalada mista (alface e tomate)
	DIETA	Bife de novilho estufado simples com arroz e salada mista (alface e tomate)
	SOBREMESA	Laranja

EMENTA SUJEITA ALTERAÇÕES