



EMENTA

Nº 5

Data 29 de dezembro a 2 de janeiro

Local Centro Infantil

2ª 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

3ª 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

6ª 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