



EMENTA

Nº 6

Data 5 a 9 de janeiro

Local Centro Infantil

2 ^a FEIRA	SOPA	Juliana
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de cenoura
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de cenoura com frango
	PRATO DE INICIAÇÃO	Frango assado no forno com arroz branco e salada mista (alface e tomate)
	PRATO	Frango assado no forno com arroz de ervilhas e salada mista (alface e tomate)
	DIETA	Bife de frango grelhado com arroz de ervilhas e salada mista (alface e tomate)
	SOBREMESA	Laranja
3 ^a FEIRA	SOPA	Creme de couve-flor
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de couve-flor
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de couve-flor com pescada
	PRATO DE INICIAÇÃO	Perca grelhada com batata cozida e brócolos cozidos
	PRATO	Perca grelhada com batata cozida e brócolos cozidos
	DIETA	Perca grelhada com batata cozida e brócolos cozidos
	SOBREMESA	Banana
4 ^a FEIRA	SOPA	Espinafres
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de alho francês
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de alho francês com novilho
	PRATO DE INICIAÇÃO	Carne de vaca estufada simples com cenoura e esparguete e salada mista (alface, beterraba e tomate)
	PRATO	Carne de vaca estufada com macedónia e esparguete e salada mista (alface, beterraba e tomate)
	DIETA	Hambúrguer de bovino grelhado com esparguete e salada mista (alface, beterraba e tomate)
	SOBREMESA	Salada de frutas
5 ^a FEIRA	SOPA	Creme de legumes
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de abóbora
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de abóbora e pescada
	PRATO DE INICIAÇÃO	Pescada cozida com batata e cenoura cozida
	PRATO	Pescada cozida com batata e cenoura cozida
	DIETA	Pescada cozida com batata e cenoura cozida
	SOBREMESA	Maçã
6 ^a FEIRA	SOPA	Brócolos
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de curgete e cenoura
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de curgete, cenoura e peru
	PRATO DE INICIAÇÃO	Jardineira de peru
	PRATO	Jardineira de peru
	DIETA	Hambúrguer de aves grelhado com arroz e cenoura cozida
	SOBREMESA	Pera

EMENTA SUJEITA ALTERAÇÕES

