



EMENTA

Nº 6

Data 5 a 9 de janeiro

Local Centro Infantil

2ª 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	
3ª 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	
4ª 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	
5ª 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	
6ª 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

