



EMENTA

Nº 5

Data 30 de março a 2 de abril

Local Centro Infantil

2ª FEIRA	SOPA	Creme de cenoura	
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de cenoura	
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de cenoura com frango	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Bife de frango grelhado com arroz branco e feijão verde cozido	
	PRATO	Bife de frango grelhado com arroz branco e feijão verde salteado	
	DIETA	Bife de frango grelhado com arroz branco e feijão verde cozido	
	SOBREMESA	Pera	
3ª FEIRA	SOPA	Grelos	
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de alho Francês	
	SOPA ENRIQUECIDA	Alho Francês com pescada	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Salada de pescada (pescada, ovo, batata, cenoura)	
	PRATO	Salada de atum (atum, feijão-frade, batata, ovo, cenoura)	
	DIETA	Salada de atum (atum, feijão-frade, batata, ovo, cenoura)	
	SOBREMESA	Banana	
4ª FEIRA	SOPA	Macedónia	
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de abóbora	
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de abóbora e peru	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Perna de peru no forno com massa e salada de alface	
	PRATO	Perna de peru no forno com massa e salada mista (alface e tomate)	
	DIETA	Bife de peru grelhado com massa e salada mista (alface e tomate)	
	SOBREMESA	Laranja	
5ª FEIRA	SOPA	Feijão-verde	
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de curgete	
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de curgete com solha	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Solha no forno com batata e couve-flor cozida	
	PRATO	Corvina no forno com batata e couve-flor cozida	
	DIETA	Corvina cozida com batata cozida e couve-flor cozida	
	SOBREMESA	Maçã	
6ª FEIRA	FERIADO		

EMENTA SUJEITA ALTERAÇÕES

