



EMENTA

Nº 4

Data 18 a 22 de maio

Local Centro Infantil

2ª FEIRA	SOPA	Creme de cenoura	
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de cenoura	
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de cenoura com peru	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Peru no forno com massa e salada mista (alface e tomate)	
	PRATO	Peru no forno com massa e salada mista (alface e tomate)	
	DIETA	Peru no forno (s/ gordura) com massa e salada mista (alface e tomate)	
	SOBREMESA	Maçã	
3ª FEIRA	SOPA	Brócolos	
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de brócolos	
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de brócolos com pescada	👤
	PRATO DE INICIAÇÃO	Pescada cozida com batata e cenoura cozida	👤
	PRATO	Massinha de peixe com salada mista (alface e cenoura)	👤 🍌
	DIETA	Pescada cozida com batata e cenoura cozida	👤
	SOBREMESA	Banana	
4ª FEIRA	SOPA	Couve-flor	
	SOPA INICIAÇÃO	Couve-flor	
	SOPA ENRIQUECIDA	Couve-flor com novilho	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Novilho estufado simples com arroz e salada de alface	🍌
	PRATO	Hamburger de novilho no forno com arroz e salada mista (alface e tomate)	🍌
	DIETA	Novilho estufado simples com arroz e salada mista (alface e tomate)	🍌
	SOBREMESA	Laranja	
5ª FEIRA	SOPA	Abóbora e feijão branco	
	SOPA INICIAÇÃO	Abóbora	
	SOPA ENRIQUECIDA	Abóbora com solha	👤
	PRATO DE INICIAÇÃO	Solha no forno com batata e brócolos cozidos	👤
	PRATO	Perca no forno com batata e brócolos cozidos	👤
	DIETA	Perca no forno com batata e brócolos cozidos	👤
	SOBREMESA	Banana	
6ª FEIRA	SOPA	Macedónia	
	SOPA INICIAÇÃO	Curgete	
	SOPA ENRIQUECIDA	Curgete com frango	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Frango estufado com esparguete e salada de tomate	🍌
	PRATO	Frango guisado com esparguete e salada mista (alface e tomate)	🍌
	DIETA	Frango estufado simples com esparguete e salada mista (alface e tomate)	🍌
	SOBREMESA	Pera	

EMENTA SUJEITA ALTERAÇÕES

