



EMENTA

Nº 8

Data 10 a 14 de agosto

Local Centro Infantil

2ª FEIRA	SOPA	Creme de cenoura	
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de cenoura	
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de cenoura com frango	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Jardineira de frango	
	PRATO	Jardineira de frango	
	DIETA	Bife de frango grelhado com massa e macedónia de legumes	
	SOBREMESA	Maça	
3ª FEIRA	SOPA	Brócolos	
	SOPA INICIAÇÃO	Brócolos	
	SOPA ENRIQUECIDA	Brócolos com solha	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Solha estufada com batata e cenoura cozida	
	PRATO	Saladinha de atum (feijão frade, atum, cenoura, ovo cozido)	
	DIETA	Solha estufada simples com batata e cenoura cozida	
	SOBREMESA	Banana	
4ª FEIRA	SOPA	Macedónia	
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de curgete	
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de curgete com peru	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Peru estufado simples com massa e salada mista	
	PRATO	Strogonoff de peru com cogumelos, massa e salada mista	
	DIETA	Bife de peru grelhado com massa e salada mista	
	SOBREMESA	Pera	
5ª FEIRA	SOPA	Couve-flor	
	SOPA INICIAÇÃO	Couve-flor	
	SOPA ENRIQUECIDA	Couve-flor com pescada	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Pescada cozida com batata e brócolos cozidos	
	PRATO	Douradinhos de pescada com arroz de cenoura e salada mista	
	DIETA	Pescada cozida com batata e brócolos cozidos	
	SOBREMESA	Banana	
6ª FEIRA	SOPA	Feijão-verde	
	SOPA INICIAÇÃO	Abóbora	
	SOPA ENRIQUECIDA	Abóbora com novilho	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Novilho estufado com cenoura e esparguete	
	PRATO	Esparguete à bolonhesa com salada mista	
	DIETA	Novilho estufado simples com esparguete	
	SOBREMESA	Laranja	

EMENTA SUJEITA ALTERAÇÕES

