



EMENTA

Nº 8

Data 16 a 20 de Setembro de 2024

Local Centro Infantil

2ª FEIRA	SOPA	Creme de Cenoura	
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de Cenoura	
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de Cenoura com novilho	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Esparguete à bolonhesa com salada (sem refogado)	🔥
	PRATO	Esparguete à bolonhesa com salada	🔥
	DIETA	Bife de novilho grelhado com massa e salada	🔥
	SOBREMESA	Fruta da Época	🍎
3ª FEIRA	SOPA	Couve coração	
	SOPA INICIAÇÃO	Couve coração	
	SOPA ENRIQUECIDA	Couve coração com pescada	🐟
	PRATO DE INICIAÇÃO	Pescada cozida com batata e cenoura	🐟
	PRATO	Pescada cozida com batata e cenoura	🐟
	DIETA	Pescada cozida com batata e cenoura	🐟
	SOBREMESA	Fruta da Época	🍎
4ª FEIRA	SOPA	Macedónia	
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de Alface	
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de Alface com peru	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Bife de peru grelhado com arroz e brócolos	
	PRATO	Bife de peru grelhado com arroz e brócolos	
	DIETA	Bife de peru grelhado com arroz e brócolos	
	SOBREMESA	Fruta da Época	🍎
5ª FEIRA	SOPA	Lombardo	
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de couve-flor	
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de couve-flor com abrótea	🐟
	PRATO DE INICIAÇÃO	Abrótea cozida com batata e couve de bruxelas	🐟
	PRATO	Paloco no forno com batata e couve de bruxelas	🐟
	DIETA	Abrótea cozida com batata e couve de bruxelas	🐟
	SOBREMESA	Fruta da Época	🍎
6ª FEIRA	SOPA	Espinafres	
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de brócolos	
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de brócolos com frango	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Bife de frango grelhado com massa e salada	🔥
	PRATO	Costeletas à salsicheiro com massa e salada	🔥
	DIETA	Bife de frango grelhado com massa e salada	🔥
	SOBREMESA	Fruta da Época	🍎

EMENTA SUJEITA ALTERAÇÕES

