



## EMENTA

Nº 4

Data 27 a 31 de Janeiro

Local Centro Infantil

2ª FEIRA	SOPA	Creme de cenoura	
	SOPA INICIAÇÃO	Creme de cenoura	
	SOPA ENRIQUECIDA	Creme de cenoura com peru	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Bife de peru com massa e salada	
	PRATO	Strogonoff de peru com massa e salada	
	DIETA	Strogonoff de peru (cozido) com massa e salada	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
3ª FEIRA	SOPA	Espinafres com grão	
	SOPA INICIAÇÃO	Curgete	
	SOPA ENRIQUECIDA	Curgete com pescada	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Filetes de pescada com batata e grelos	
	PRATO	Filetes de pescada frita com batata e grelos	
	DIETA	Filetes de pescada com batata e grelos	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
4ª FEIRA	SOPA	Lombardo	
	SOPA INICIAÇÃO	Couve flor	
	SOPA ENRIQUECIDA	Couve flor com frango	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Arroz de frango com salada	
	PRATO	Arroz de aves com salada	
	DIETA	Arroz de aves (s/gordura e enchidos) com salada	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
5ª FEIRA	SOPA	Brócolos	
	SOPA INICIAÇÃO	Brócolos	
	SOPA ENRIQUECIDA	Brócolos com pescada	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Solha no forno com batata e couve-flor	 
	PRATO	Solha no forno com migas e couve-flor	 
	DIETA	Solha no forno com batata e couve-flor	 
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	
6ª FEIRA	SOPA	Nabiça	
	SOPA INICIAÇÃO	Alface	
	SOPA ENRIQUECIDA	Alface com novilho	
	PRATO DE INICIAÇÃO	Bife de peru grelhado com arroz de cenoura e salada mista	
	PRATO	Febras com arroz de cenoura e salada mista	
	DIETA	Bife de peru grelhado com arroz de cenoura e salada mista	
	SOBREMESA	Fruta da época ou sobremesa	

EMENTA SUJEITA ALTERAÇÕES

