

EMENTA INFANTIL Semana de 15 a 19 de janeiro de 2018

2ª FEIRA

VALORES CALÓRICOS

Sopa	Penca com Cenoura	*
Prato	Tirinhas de Pota Panadas	286 Kcal
Sobremesa	Fruta da Época	*

3ª FEIRA

VALORES CALÓRICOS

Sopa	Repolho	*
Prato	Carne de Porco Estufada com Batata Frita	257 Kcal
Sobremesa	Gelatina	*

4ª FEIRA

VALORES CALÓRICOS

Sopa	Cenoura e Courgette	*
Prato	Empadão de Esparguete e Atum	307 Kcal
Sobremesa	Fruta da Época	*

5ª FEIRA

VALORES CALÓRICOS

Sopa	Espinafres	*
Prato	Hamburguer de Vaca com Arroz	360 Kcal
Sobremesa	Fruta da Época	*

6ª FEIRA

VALORES CALÓRICOS

Sopa	Nabo com Cenoura	*
Prato	Cubos de Salmão com Batata e Ervas Aromaticas	413 Kcal
Sobremesa	Fruta da Época	*

Notas (*):

Saladas Variadas (Alface, Tomate e Cenoura) ao dispor para todos os pratos

O valor calórico médio das sopas é 157 Kcal

O valor calórico médio da fruta da época é 62 Kcal

O valor calórico médio das sobremesas doces é 193 Kcal

Os valores calóricos do prato e opção contemplam um acompanhamento

O acompanhamento é de livre escolha