

**EMENTA INFANTIL Semana de 21 a 25 de janeiro de 2019**

**2ª FEIRA**

**VALORES CALÓRICOS**

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

**3ª FEIRA**

**VALORES CALÓRICOS**

<b>Sopa</b>	Repolho	*
<b>Prato</b>	Carne de Porco Estufada com Batata Frita	257 Kcal
<b>Sobremesa</b>	Gelatina	*

**4ª FEIRA**

**VALORES CALÓRICOS**

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

**5ª FEIRA**

**VALORES CALÓRICOS**

<b>Sopa</b>	Espinafres	*
<b>Prato</b>	Hamburguer de Vaca com Arroz	360 Kcal
<b>Sobremesa</b>	Fruta da Época	*

**6ª FEIRA**

**VALORES CALÓRICOS**

<b>Sopa</b>	Nabo com Cenoura	*
<b>Prato</b>	Cubos de Salmão com Batata e Ervas Aromaticas	413 Kcal
<b>Sobremesa</b>	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*