

EMENTA INFANTIL Semana de 16 a 20 de novembro de 2020

2ª FEIRA

VALORES CALÓRICOS

Sopa	Creme de Courgette	*
Prato	Tirinhas de Porco Estufadas com Esparguete	342 Kcal
Sobremesa	Fruta da Época	*

3ª FEIRA

VALORES CALÓRICOS

Sopa	Alho Francês	*
Prato	Maruca no Forno com Arroz de Ervilhas	423 Kcal
Sobremesa	Fruta da Época	*

4ª FEIRA

VALORES CALÓRICOS

Sopa	Couve Flôr e Ervilhas	*
Prato	Massinhas com Frango Lascado	325 Kcal
Sobremesa	Fruta da Época	*

5ª FEIRA

VALORES CALÓRICOS

Sopa	Canja de Galinha	*
Prato	Pescada Estufada com Arroz de Cenoura	237 Kcal
Sobremesa	Leite Creme	*

6ª FEIRA

VALORES CALÓRICOS

Sopa	Nabo e Cenoura	*
Prato	Cubinhos de Peru Salteados com Batatinhas	279 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