

EMENTA INFANTIL Semana de 23 a 27 de novembro de 2020

2ª FEIRA

VALORES CALÓRICOS

Sopa	Alho Francês	*
Prato	Empadão de Pescada	390 Kcal
Sobremesa	Fruta da Época	*

3ª FEIRA

VALORES CALÓRICOS

Sopa	Nabiças	*
Prato	Almondegas de Aves com Esparguete	309
Sobremesa	Fruta da Época	*

4ª FEIRA

Sopa	Creme de Legumes	*
Prato	Filete de Bacalhau Fresco com Arroz	288 Kcal
Sobremesa	Fruta da Época	*

5ª FEIRA

VALORES CALÓRICOS

Sopa	Canja de Galinha	*
Prato	Bifinhos de Frango com Massa Lacinhos	237 Kcal
Sobremesa	Bolo de logurte	*

6ª FEIRA

VALORES CALÓRICOS

Sopa	Nabo e Cenoura	*
Prato	Lombinhos de Salmão Crocantes com Arroz	*
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