

**EMENTA INFANTIL Semana de 10 a 14 de janeiro de 2022**

**2ª FEIRA**

**VALORES CALÓRICOS**

<b>Sopa</b>	Alho Francês	*
<b>Prato</b>	Atum Estufado com Tomate e Esparguete	390 Kcal
<b>Sobremesa</b>	Fruta da Época	*

**3ª FEIRA**

**VALORES CALÓRICOS**

<b>Sopa</b>	Nabiças	*
<b>Prato</b>	Panadinhos de Frango com Arroz de Ervilhas	309
<b>Sobremesa</b>	Fruta da Época	*

**4ª FEIRA**

<b>Sopa</b>	Creme de Legumes	*
<b>Prato</b>	Lombinhos de Pescada com Batata Salteada	288 Kcal
<b>Sobremesa</b>	Fruta da Época	*

**5ª FEIRA**

**VALORES CALÓRICOS**

<b>Sopa</b>	Canja de Galinha	*
<b>Prato</b>	Peru Assado com Massa Conchinhas	237 Kcal
<b>Sobremesa</b>	Bolo de logurte	*

**6ª FEIRA**

**VALORES CALÓRICOS**

<b>Sopa</b>	Nabo e Cenoura	*
<b>Prato</b>	Tamboril Estufado com Arroz de Cenoura e Ervilha	311 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*