



## EMENTA JARDIM DE INFÂNCIA

20 a 24 de novembro de 2023



Nota: das 18h às 18h30m é distribuída a todas as crianças uma peça de fruta.

Esta ementa está sujeita a alteração sem aviso prévio.

A Direção

### 2ª FEIRA

**Reforço matinal:** Fruta da época

**Sopa:** Canja

**Prato:** Frango assado no forno com arroz de cenoura e salada de alface e tomate

**Dieta:** Frango cozido com arroz de cenoura e salada de alface e tomate

Peça de fruta

**Merenda:** Leite simples e pão de mistura com manteiga ou queijo

### 3ª FEIRA

**Reforço matinal:** Fruta da época

**Sopa:** Couve lombarda

**Prato:** Pescada cozida com batatas, cenoura, couve flor e brócolos

Peça de fruta

**Merenda:** Iogurte aromas e pão de mistura com manteiga ou queijo

### 4ª FEIRA

**Reforço matinal:** Fruta da época

**Sopa:** Grão com espinafres

**Prato:** Lombo de porco fatiado com massa penne e salada de alface e tomate

**Dieta:** Bife peru grelhado com massa penne e salada de alface e tomate

Peça de fruta

**Merenda:** Leite simples com pão de mistura com manteiga ou queijo

### 5ª FEIRA

**Reforço matinal:** Fruta da época

**Sopa:** Nabijas

**Prato:** Filetes no forno com salada mista

**Dieta:** Peixe cozido com batata e couve flor

Peça de fruta

**Merenda:** Iogurte aromas e pão de mistura com manteiga ou queijo

### 6ª FEIRA

**Reforço matinal:** Fruta da época

**Sopa:** Creme de ervilhas

**Prato:** Hamburguer de carne de vaca com puré de batata e salada de alface e tomate

**Dieta:** Hamburguer grelhado com arroz de ervilhas e salada de alface e tomate

**Prato Vegetariano:** Hamburguer vegetariano com arroz de ervilhas e salada de alface e tomate

Peça de fruta

**Merenda:** Leite simples e pão de mistura com manteiga ou queijo