



EMENTA JARDIM DE INFÂNCIA

6 a 10 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 guisado com massa penne e salada de alface e tomate

Dieta: Frango cozido com massa penne 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: Nabiças

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: Esparguete de carbonara e salada de alface e tomate

Dieta: Bife peru grelhado com esparguete 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: Feijão verde

Prato: Douradinhos no forno com arroz cenoura e salada de alface e tomate

Dieta: Maruca grelhada com arroz cenoura e salada de alface e tomate

Peça de fruta

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

6ª FEIRA

Reforço matinal: Fruta da época

Sopa: Agrião

Prato: Hambúrguer estufado com puré batata e salada de alface e tomate

Dieta: Hambúrguer grelhado com arroz branco e salada de alface e tomate

Prato Vegetariano: Hambúrguer vegetariano com arroz branco e salada de alface e tomate

Peça de fruta

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