



EMENTA JARDIM DE INFÂNCIA

22 a 26 de abril de 2024



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

Sopa: Canja

Prato: Peitinhos de frango de fricassé com arroz branco e salada de alface e tomate

Dieta: Bife de frango grelhado com arroz branco e salada

Prato vegetariano: Nuggets vegetarianos com arroz branco e salada

Sobremesa: fruta época

Lanche: Leite ou sumo laranja ou iogurte e pão com manteiga ou pão com queijo e fruta ou cereais

3ª FEIRA

Sopa: Alface

Prato: Pescada cozido com batatas, brócolos, cenoura e couve flor

Dieta: Pescada cozido com batatas, brócolos, cenoura e couve flor

Sobremesa: fruta da época

Lanche: Leite ou sumo laranja ou iogurte e pão com manteiga ou queijo e fruta ou cereais

4ª FEIRA

Sopa: Espinafres

Prato: Ranchinho de peru com salada de alface e tomate

Dieta: Bife de peru grelhado com batata cozida e salada de alface e tomate

Prato vegetariano: Chilli de legumes e salada de alface e tomate

Sobremesa: fruta época

Lanche: Leite ou sumo laranja ou iogurte e pão com manteiga ou queijo e fruta ou cereais

5ª FEIRA

FERIADO



6ª FEIRA

Sopa: Grão

Prato: Hamburguer estufado com esparguete e salada de alface e tomate

Dieta: Hamburguer grelhado com esparguete e salada de alface e tomate

Prato vegetariano: Hamburguer vegetariano com esparguete, e salada de alface

Sobremesa: fruta época

Lanche: Leite ou sumo laranja ou iogurte e pão com manteiga ou pão com queijo e fruta ou cereais