



EMENTA JARDIM DE INFÂNCIA

8 a 12 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 estufado com macarronete e milho e salada de alface e tomate

Dieta: Bife de frango grelhado com macarronete e salada

Prato vegetariano: Nuggets vegetarianos com massinha 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: Couve Coração

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: Couve lombarda

Prato: Esparguete à Bolonhesa com salada de alface e tomate

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

Prato vegetariano: Bolonhesa vegetariana 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

Sopa: Feijão encarnado

Prato: Douradinhos no forno com salada mista

Dieta: Peixe cozido com batatas e cenoura

Sobremesa: fruta da época

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

6ª FEIRA

Sopa: Espinafres

Prato: Lombo de porco fatiado com puré de batata e salada de alface e tomate

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

Prato vegetariano: Lasanha vegetariana com esparguete, legumes e queijo 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