



# EMENTA - PRÉ-ESCOLAR

Semana de 22 de novembro a 26 de novembro

		Segunda-feira 22/11	Terça-feira 23/11	Quarta-feira 24/11	Quinta-feira 25/11	Sexta-feira 26/11
Reforço alimentar (manhã)		Fruta + Bolachas <sup>1;3;6;7;9</sup>				
Almoço	Sopa	Sopa Juliana	Creme Brócolos e Cenoura	Canja <sup>1;3</sup>	Sopa de Feijão Verde	Creme de ervilhas
	Dieta Geral	Esparguete à bolonhesa <sup>1;3</sup> . Salada de alface e pepino.	Feijoada de potas <sup>14</sup> com arroz e couve cozida.	Ensopado de frango com batatas. Salada de alface e cebola.	Massada de peixes <sup>1;3;4</sup> . Brócolos cozidos.	Pá de porco assada com arroz de cenoura. Salada de alface e beterraba.
	Sobremesa	Pera	Tangerina	Kiwi	Mousse de Chocolate <sup>3;7;5;8</sup>	Laranja
Lanche	Leite simples <sup>7</sup> + Pão com queijo <sup>1;7</sup>	Cereais com leite <sup>1;6;7</sup>	Leite com cevada <sup>1;7</sup> + Pão com doce <sup>1</sup>	Leite com chocolate <sup>1;7;8</sup> + Pão com afiambrado de frango <sup>1;6;7;13</sup>	logurte <sup>7</sup> + Pão-de-leite <sup>1;3;6;7;8</sup>	
Reforço alimentar (final do dia)		Tostas ou Bolachas <sup>1;3;6;7;9</sup>				

Nota | Ementa sujeita a alteração.

Nutricionista – Margarida Miranda 4853N

