



EMENTA 3

JARDIM DE INFÂNCIA

Visto

17/06/26

O Provedor,

DE 22 A 26 DE JUNHO DE 2026

Segunda - feira

Sopa: Sopa de feijão manteiga

Prato: Ovos escalfados com ervilhas e arroz de cenoura³

Sobremesa: Maçã

Lanche: Iogurte natural com aveia e fruta^{1'6'7}

Terça - feira

Sopa: Creme de couve-flor

Prato: Peito de peru estufado com massa espiral cozida e salada de alface e cenoura^{1'3'12}

Sobremesa: Pera

Lanche: Leite branco e pão de mistura com queijo^{1'3'6'7'8'11'12}

Quarta - feira

Sopa: Sopa de legumes

Prato: Salmão assado com puré de batata e feijão-verde cozido^{4'7}

Sobremesa: Banana

Lanche: Iogurte natural com bolachas de milho⁷

Quinta - feira

Sopa: Creme de brócolos

Prato: Rojões de porco estufados e esparguete com feijão vermelho e couve lombarda^{1'3}

Sobremesa: Laranja

Lanche: Leite branco e pão de mistura com manteiga^{1'3'6'7'8'11'12}

Sexta - feira

Sopa: Sopa de grão

Prato: Arroz de lulas com tomate às fatias^{4'12}

Sobremesa: Kiwi

Lanche: Iogurte natural e pão de mistura com queijo^{1'3'6'7'8'11'12}