

## CENTRO INFÂNCIA \*CRECHE SALAS AZUIS

### SEMANA I

DATA: 14/jul

| DIA      | PRATO     | ALMOÇO                             | Prt (g) | Lip (g) | HC (g) | Kcal |
|----------|-----------|------------------------------------|---------|---------|--------|------|
| 2ª Feira | Sopa      | Crepe de legumes com carne         |         |         |        |      |
|          | Prato     | Rolo de carne com arroz alegre     |         |         |        |      |
|          | Sobremesa | Fruta da época                     |         |         |        |      |
|          | Lanche    | Leite pão com manteiga             |         |         |        |      |
| 3ª Feira | Sopa      | Crepe de abóbora com peixe         |         |         |        |      |
|          | Prato     | Massada de peixe com delicias mar  |         |         |        |      |
|          | Sobremesa | gelatina                           |         |         |        |      |
|          | Lanche    | Leite com chocolate pão com doce   |         |         |        |      |
| 4ª Feira | Sopa      | Crepe de alho francês com carne    |         |         |        |      |
|          | Prato     | Arroz de carne à transmontana      |         |         |        |      |
|          | Sobremesa | Fruta da época                     |         |         |        |      |
|          | Lanche    | iogurtes pão com manteiga          |         |         |        |      |
| 5ª Feira | Sopa      | Crepe de espinafres com peixe      |         |         |        |      |
|          | Prato     | Salada de peixe com ovo ralado     |         |         |        |      |
|          | Sobremesa | Fruta da época                     |         |         |        |      |
|          | Lanche    | Cereais                            |         |         |        |      |
| 6ª Feira | Sopa      | Crepe de feijão verde com carne    |         |         |        |      |
|          | Prato     | Frango assado com arroz de cenoura |         |         |        |      |
|          | Sobremesa | Fruta da época                     |         |         |        |      |
|          | Lanche    | iogurte pão com queijo             |         |         |        |      |

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos