Deutsche Schule Porto
COLÉGIO ALEMÃO DO PORTO

gertaleduca
alimentação inteligente

EMENTA INFANTIL semana de 16 a 20 de novembro de 2026

2ª FEIRA		VALORES CALÓRICOS
Sopa	Creme de Cenoura	*
Prato	Almondegas de Vitela	*
Sobremesa	Fruta da Época	*

3ª FEIRA		VALORES CALÓRICOS
Sopa	Couve Branca	*
Prato	Lombinhos de Pescada com Batata Salteada	*
Sobremesa	Fruta da Época	*

4ª FEIRA		
Sopa	Espinafres	*
Prato	Brathähnchen mit Ofenkartoffeln	*
Sobremesa	Fruta da Época	*

5ª FEIRA		VALORES CALÓRICOS
Sopa	Creme de Legumes	*
Prato	Atum com Arroz de Ervilhas	*
Sobremesa	Bolo de Iogurte / Fruta da época	*

6ª FEIRA		VALORES CALÓRICOS
Sopa	Nabo e Cenoura	*
Prato	Peru Assado com Massa Conchinhas	*
Sobremesa	Fruta da Época	*

Notas (*):

Saladas Variadas (Alface,Tomate e Cenoura) ao dispor para todos os pratos
O valor calórico médio das sopas é 157 Kcal
O valor calórico médio da fruta da época é 62 Kcal
O valor calórico médio das sobremesas doces é 193 Kcal
Os valores calóricos do prato e opção contemplam um acompanhamento
O acompanhamento é de livre escolha