

**EMENTA PARA BERÇÁRIOS | OUTUBRO 2024 *****2ª FEIRA****3ª FEIRA****4ª FEIRA****5ª FEIRA****6ª FEIRA**

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
1 A 4	Meio da Manhã		Banana	Maçã	Pera	Banana
	SOPA		FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
			Abóbora, batata, chuchu e feijão verde	Courgete, cenoura, batata doce, cebola e alface	Batata, abóbora, cebola e brócolos	Batata doce, cenoura, alface e espinafres
			Peru	Corvina 🚫	Frango	Tamboril 🚫
	SOBREMESA		Pera	Banana	Manga	Maçã
LANCHE	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	
7 A 11	Meio da Manhã	Manga	Banana	Maçã	Pera	Banana
	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
		Cenoura, batata, cebola e courgete (sem casca)	Abóbora, batata, chuchu e feijão verde	Courgete, cenoura, batata doce, cebola e alface	Batata, abóbora, cebola e brócolos	Batata doce, cenoura, alface e espinafres
		Frango	Corvina 🚫	Peru	Pescada 🚫	Borrego
	SOBREMESA	Maçã	Pera	Banana	Manga	Maçã
LANCHE	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	
14 A 18	Meio da Manhã	Manga	Banana	Maçã	Pera	Banana
	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
		Cenoura, batata, cebola e courgete (sem casca)	Abóbora, batata, chuchu e feijão verde	Courgete, cenoura, batata doce, cebola e alface	Batata, abóbora, cebola e brócolos	Batata doce, cenoura, alface e espinafres
		Pescada 🚫	Frango	Corvina 🚫	Peru	Tamboril 🚫
	SOBREMESA	Maçã	Pera	Banana	Manga	Maçã
LANCHE	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	
21 A 25	Meio da Manhã	Manga	Banana	Maçã	Pera	Banana
	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
		Cenoura, batata, cebola e courgete (sem casca)	Abóbora, batata, chuchu e feijão verde	Courgete, cenoura, batata doce, cebola e alface	Batata, abóbora, cebola e brócolos	Batata doce, cenoura, alface e espinafres
		Peru	Pescada 🚫	Frango	Perca 🚫	Borrego
	SOBREMESA	Maçã	Pêra	Banana	Manga	Maçã
LANCHE	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	
28 A 31	Meio da Manhã	Manga	Banana	Maçã	Pera	
	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	
		Cenoura, batata, cebola e courgete (sem casca)	Abóbora, batata, chuchu e feijão verde	Courgete, cenoura, batata doce, cebola e alface	Batata, abóbora, cebola e brócolos	
		Corvina 🚫	Peru	Pescada 🚫	Frango	
	SOBREMESA	Maçã	Pera	Banana	Manga	
LANCHE	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã		

* Ementa sujeita a alterações