

**EMENTA PARA CRECHE | SALAS DE 1 ANO | NOVEMBRO 2024 \*****2ª FEIRA****3ª FEIRA****4ª FEIRA****5ª FEIRA****6ª FEIRA**

4 A 8	Almoço		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
		SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
		PRATO	Peru com arroz	Corvina com puré de batata	Frango com esparguete	Tamboril com batata e feijão verde	Peru com arroz
		SALADA	Legumes	Legumes	Legumes		
	LANCHE	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	
11 A 15	Almoço	Meio da Manhã	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
		SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
		PRATO	Tamboril cozido com batata e cenoura	Frango com arroz de cenoura	Corvina com puré de batata	Peru com couscous	Pescada no forno com batata
		SALADA	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes
	LANCHE	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	
18 A 22	Almoço	Meio da Manhã	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
		SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
		PRATO	Borrego com arroz	Corvina com batata cozida e cenoura	Frango com esparguete	Pescada com arroz e cenoura	Frango com fusilli
		SALADA	Legumes	Legumes	Legumes		
	LANCHE	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	
25 A 29	Almoço	Meio da Manhã	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
		SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
		PRATO	Tamboril com batata e cenoura	Peru com arroz	Pescada cozida com batata, brócolos e cenoura	Frango com arroz	Corvina com batata e brócolos
		SALADA	Legumes	Legumes	Legumes		
	LANCHE	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	

\* Ementa sujeita a alterações