



# EMENTA PARA CRECHE | SALAS DE 1 ANO | DEZEMBRO 2024 \*

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
2 A 6	Meio da Manhã	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
		PRATO	Frango com arroz de ervilhas	Filetes de pescada cozida, batata, cenoura e brócolos	Stroganoff de frango com arroz agulha	Tamboril com batata e cenoura	Borrego com massa
		SALADA	Legumes		Legumes	Legumes	Legumes
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana		
9 A 13	Meio da Manhã	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
		PRATO	Corvina com fusilli	Bife de peru grelhado com arroz	Lombos de pescada cozida, batata, cenoura e brócolos	Bifes de peru com esparguete	Tortilha de fiambre e queijo
		SALADA	Legumes	Legumes		Legumes	Legumes
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten		
16 A 20	Meio da Manhã	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
		PRATO	Frango com arroz	Corvina com batata	Borrego com fusilli	Pescada com puré de batata e cenoura	Macarronete com frango
		SALADA	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana		
23 A 31	Meio da Manhã						
	Almoço						SOPA
							PRATO
							SALADA
							SOBREMESA
LANCHE							

\* Ementa sujeita a alterações