

**EMENTA PARA CRECHE | SALAS DE 1 ANO | MARÇO 2017 \*****2ª FEIRA****3ª FEIRA****4ª FEIRA****5ª FEIRA****6ª FEIRA**

01 a 03	Meio da Manhã				Fruta	Fruta	Fruta
	Almoço	SOPA			Creme de batata doce com legumes	Brócolos	Courgete
		PRATO			Frango com esparguete	Pescada cozida com batata	Borrego com cous cous
		SALADA			Tomate	Feijão verde	Alface e cenoura
		SOBREMESA			Fruta	Fruta	Fruta
	LANCHE				logurte de polpa com fruta e bolacha	Papa láctea	logurte de aroma e pão com queijo
06 a 10	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Almoço	SOPA	Cenoura	Alface	Creme de batata doce com legumes	Brócolos	Courgete
		PRATO	Massinha de perca	Peru cozido com batata	Peixe espada no forno com batatas	Frango grelhado com penne e cenoura	Pescada com arroz de cenoura
		SALADA	Alface	Cenoura ralada	Brócolos		Alface e tomate
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	LANCHE		logurte de aroma e pão com queijo	Papa láctea	logurte de polpa com fruta e bolacha	Papa láctea	logurte de aroma e pão com queijo
13 a 17	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Almoço	SOPA	Cenoura	Alface	Creme de batata doce com legumes	Brócolos	Courgete
		PRATO	Strogonoff com cogumelos e arroz	Pescada com arroz	Peru guisado com cous cous e legumes	Corvina cozida com batata	Borrego com arroz
		SALADA	Alface e cenoura ralada	Ervilhas e cenoura baby		Tomate	Alface
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	LANCHE		logurte de aroma e pão com queijo	Papa láctea	logurte de polpa com fruta e bolacha	Papa láctea	logurte de aroma e pão com queijo
20 a 24	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Almoço	SOPA	Cenoura	Alface	Creme de batata doce com legumes	Brócolos	Courgete
		PRATO	Tamboril com arroz de ervilhas	Bife de frango grelhado com batata	Perca com arroz	Peru com penne	Pescada cozida com batatas
		SALADA	Espinafres e cenoura salteados		Tomate	Alface	Feijão verde
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	LANCHE		logurte de aroma e pão com queijo	Papa láctea	logurte de polpa com fruta e bolacha	Papa láctea	logurte de aroma e pão com queijo
27 a 31	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Almoço	SOPA	Cenoura	Alface	Creme de batata doce com legumes	Brócolos	Courgete
		PRATO	Borrego com esparguete	Perca cozida com arroz	Bifes de peru grelhados com batata	Pescada cozida com arroz	Frango cozido com lacinhos
		SALADA	Cenoura ralada	Alface e tomate	Brócolos	Tomate	Alface
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	LANCHE		logurte de aroma e pão com queijo	Papa láctea	logurte de polpa com fruta e bolacha	Papa láctea	logurte de aroma e pão com queijo

\* Ementa sujeita a alterações