

**EMENTA PARA CRECHE | SALAS DE 1 ANO | JUNHO 2019 *****2ª FEIRA****3ª FEIRA****4ª FEIRA****5ª FEIRA****6ª FEIRA**

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	
3 A 7	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE
		PRATO	Pescada com batata cozida	Frango com arroz	Ovo mexido com fiambre e fusilli de legumes	Bifes de peru com esparguete	Perca no forno com arroz de cenoura
		SALADA	Brócolos	Alface e tomate	Alface	Feijão verde	Alface
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE		Papa com ou sem glúten	logurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten	logurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten	
10 A 14	Meio da Manhã			Fruta	Fruta	Fruta	
	Almoço	SOPA		FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE	
		PRATO		Corvina com fusilli, milho e espinafres	Frango com arroz de ervilhas	Peru com arroz	
		SALADA		Fruta	Fruta	Alface e tomate	
		SOBREMESA		Fruta	Fruta	Fruta	
LANCHE			Papa com ou sem glúten	logurte natural com fruta	logurte natural com fruta		
17 A 21	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE	
		PRATO	Pescada com batata cozida	Frango com esparguete	Perca no forno com puré de batata, cenoura e courgete	Tamboril com arroz	
		SALADA	Brócolos	Alface e cenoura		Alface e tomate	
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
LANCHE		Papa com ou sem glúten	logurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten	Papa com ou sem glúten		
24 A 28	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE
		PRATO	Peru estufado com couscous de legumes	Lombos de pescada cozidos com batata e macedonia de legumes	Bife de frango grelhado com arroz	Perca com cenoura e fusilli de legumes	Borrego com arroz
		SALADA			Alface e cenoura		Alface
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE		logurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten	logurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten	logurte natural com fruta	
	Meio da Manhã						
	Almoço	SOPA					
		PRATO					
		SALADA					
		SOBREMESA					
LANCHE							

* Ementa sujeita a alterações