

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

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	
1 A 2	Meio da Manhã					Fruta	Fruta
	Almoço	SOPA				BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE
		PRATO				Stroganoff de peru com arroz agulha	Tamboril com batata e cenoura
		SALADA				Alface	
		SOBREMESA				Fruta	Fruta
LANCHE		logurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten				
5 A 9	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE
		PRATO	Bife de peru grelhado com arroz	Perca no forno com batata assada	Borrego com arroz e cenoura	Pescada com fusilli	Frango com arroz de cenoura
		SALADA	Alface e cenoura	Alface		Brócolos	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	
12 A 14	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta		
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE		
		PRATO	Perca com batata e cenoura cozida	Bifes de peru com esparguete	Lombos de pescada cozida, batata, cenoura e brócolos		
		SALADA		Alface			
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta		
LANCHE		Papa com ou sem glúten	logurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten			
19 A 23	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE
		PRATO	Borrego com puré de batata e cenoura	Salmão com arroz basmati	Macarronete com peru	Perca com puré de batata	Bife de frango grelhado com arroz
		SALADA	Alface	Cenoura	Alface e tomate	Cenoura	Alface e cenoura
		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	
26 A 28	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta		
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE		
		PRATO	Tamboril com fusilli de legumes e courgete	Peru grelhado com arroz	Filetes de pescada no forno com batata cozida		
		SALADA		Alface	Brócolos		
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta		
LANCHE		Papa com ou sem glúten	logurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten			

* Ementa sujeita a alterações