

**EMENTA PARA BERÇÁRIOS | OUTUBRO 2019 \***

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
1 A 4	Meio da Manhã		Banana	Maçã	Pêra	Banana
	SOPA		FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE
			Abóbora, batata, chuchu e feijão verde	Courgete, cenoura, batata doce, cebola e alface	Batata, abóbora, cebola e brócolos	Batata doce, cenoura, alface e alho francês
			Pescada 🚫	Peru	Perca 🚫	Borrego
	SOBREMESA		Pêra	Banana	Manga	Maçã
LANCHE	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana		
7 A 11	Meio da Manhã	Manga	Banana	Maçã	Pêra	Banana
	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE
		Cenoura, batata, cebola e courgete (sem casca)	Abóbora, batata, chuchu e feijão verde	Courgete, cenoura, batata doce, cebola e alface	Batata, abóbora, cebola e brócolos	Batata doce, cenoura, alface e alho francês
		Pescada 🚫	Frango	Corvina 🚫	Peru	Tamboril 🚫
	SOBREMESA	Maçã	Pêra	Banana	Manga	Maçã
LANCHE	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	
14 A 18	Meio da Manhã	Manga	Banana	Maçã	Pêra	Banana
	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE
		Cenoura, batata, cebola e courgete (sem casca)	Abóbora, batata, chuchu e feijão verde	Courgete, cenoura, batata doce, cebola e alface	Batata, abóbora, cebola e brócolos	Batata doce, cenoura, alface e alho francês
		Frango	Perca 🚫	Peru	Pescada 🚫	Borrego
	SOBREMESA	Maçã	Pêra	Banana	Manga	Maçã
LANCHE	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	
21 A 25	Meio da Manhã	Manga	Banana	Maçã	Pêra	Banana
	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE
		Cenoura, batata, cebola e courgete (sem casca)	Abóbora, batata, chuchu e feijão verde	Courgete, cenoura, batata doce, cebola e alface	Batata, abóbora, cebola e brócolos	Batata doce, cenoura, alface e alho francês
		Corvina 🚫	Peru	Pescada 🚫	Frango	Perca 🚫
	SOBREMESA	Maçã	Pêra	Banana	Manga	Maçã
LANCHE	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	
28 A 31	Meio da Manhã	Manga	Banana	Maçã	Pêra	
	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	
		Cenoura, batata, cebola e courgete (sem casca)	Abóbora, batata, chuchu e feijão verde	Courgete, cenoura, batata doce, cebola e alface	Batata, abóbora, cebola e brócolos	
		Frango	Pescada 🚫	Peru	Tamboril 🚫	
	SOBREMESA	Maçã	Pêra	Banana	Manga	
LANCHE	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten		

\* Ementa sujeita a alterações