



## EMENTA PARA CRECHE | SALAS DE 1 ANO | JANEIRO 2020 \*

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA					
2 A 3	Meio da Manhã					Fruta	Fruta				
	Almoço					SOPA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
						PRATO	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE
						SALADA	Pescada com puré de batata, cenoura e brócolos	Frango com arroz	Corvina com massa	Perca com arroz	Borrego com massa
						SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	LANCHE					Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	logurte natural com maçã	
6 A 10	Meio da Manhã					Fruta	Fruta				
	Almoço					SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE
						PRATO	Pescada com puré de batata, cenoura e brócolos	Frango com arroz	Corvina com massa	Peru com batata e cenoura	Tamboril com arroz
						SALADA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
						SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	LANCHE					Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	
13 A 17	Meio da Manhã					Fruta	Fruta				
	Almoço					SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE
						PRATO	Frango com esparguete	Perca no forno com batata	Peru com arroz	Pescada com massa	Borrego com arroz
						SALADA	Alface e tomate	Cenoura	Alface	Cenoura	Alface e cenoura
						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	
20 A 24	Meio da Manhã					Fruta	Fruta				
	Almoço					SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE
						PRATO	Corvina com arroz	Peru com massa	Pescada com batata	Frango com arroz	Tamboril com massa
						SALADA	Alface	Alface	Cenoura	Alface	Feijão verde
						SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	LANCHE					Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	
27 A 31	Meio da Manhã					Fruta	Fruta				
	Almoço					SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE
						PRATO	Frango com arroz	Pescada com fusilli de legumes	Peru com puré de batata	Perca com arroz	Borrego com batata
						SALADA	Alface	Alface	Alface	Cenoura	Alface e cenoura
						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	

\* Ementa sujeita a alterações