

**EMENTA PARA BERÇÁRIOS | OUTUBRO 2022 \*****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	Manga	Banana		Pera	Banana
	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE		BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE
		Cenoura, batata, cebola e courgete (sem casca)	Abóbora, batata, chuchu e feijão verde		Batata, abóbora, cebola e brócolos	Batata doce, cenoura, alface e alho francês
		Pescada 🚫	Peru		Frango	Tamboril 🚫
	SOBREMESA	Maçã	Pera		Manga	Maçã
LANCHE	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã		logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	
10 A 14	Meio da Manhã	Manga	Banana	Maçã	Pera	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	Corvina 🚫	Peru	Pescada 🚫	Borrego
	SOBREMESA	Maçã	Pera	Banana	Manga	Maçã
LANCHE	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	
17 A 21	Meio da Manhã	Manga	Banana	Maçã	Pera	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	Pera	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	
24 A 28	Meio da Manhã	Manga	Banana	Maçã	Pera	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
		Peru	Pescada 🚫	Frango	Perca 🚫	Borrego
	SOBREMESA	Maçã	Pera	Banana	Manga	Maçã
LANCHE	logurte natural com maçã	logurte natural com maçã	logurte natural com banana	logurte natural com banana	logurte natural com maçã	
31	Meio da Manhã	Manga				
	SOPA	CENOURA				
		Cenoura, batata, cebola e courgete (sem casca)				
		Corvina 🚫				
	SOBREMESA	Maçã				
LANCHE	logurte natural com banana					

\* Ementa sujeita a alterações