



EMENTA PARA CRECHE | SALAS DE 1 ANO | JUNHO 2023 *

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

1 A 2	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				Tamboril com cotovelinhos	Frango assado com batata	Corvina no forno com arroz de tomate	Corvina com fusilli, milho e espinafres	Bife de peru grelhado com arroz
		SOBREMESA				Legumes	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes
LANCHE		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta				
					Fruta	Fruta				
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	Tamboril com cotovelinhos	Frango assado com batata	Corvina no forno com arroz de tomate	Corvina com fusilli, milho e espinafres	Bife de peru grelhado com arroz			
		SALADA	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes			
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta			
LANCHE		Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana				
12 A 16	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta				
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE			
		PRATO	Frango com arroz de ervilhas	Frango grelhado com puré de batata doce e brócolos	Rolo de peru com queijo, cebolinho e couscous	Tamboril com batata	Borrego com arroz			
		SALADA	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes			
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta			
LANCHE		logurte natural com maçã	logurte natural com banana	logurte natural com maçã	logurte natural com maçã	logurte natural com maçã				
19 A 23	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta				
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE			
		PRATO	Corvina, cotovelinhos, cenoura e espinafres	Frango grelhado com puré de batata doce e brócolos	Pescada com arroz	Peru grelhado com cotovelinhos	Tamboril com batata cozida			
		SALADA	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes			
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta			
LANCHE		Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten				
26 A 30	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta				
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE			
		PRATO	Frango com esparguete	Pescada com arroz	Borrego com fusilli	Corvina com cenoura e batata	Peru com arroz de cenoura			
		SALADA	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes			
		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