

**EMENTA PARA BERÇÁRIOS | OUTUBRO 2023 *****2ª FEIRA****3ª FEIRA****4ª FEIRA****5ª FEIRA****6ª FEIRA**

2 A 6	Meio da Manhã	Manga	Banana	Maçã		Banana
	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE		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 doce, cenoura, alface e alho francês
		Pescada 🚫	Peru	Corvina 🚫		Tamboril 🚫
	SOBREMESA	Maçã	Pera	Banana		Maçã
	LANCHE	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten		Papa com ou sem glúten
9 A 13	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
16 A 20	LANCHE	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã
	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
23 A 27	LANCHE	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten
	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
30 A 31	LANCHE	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã
	Meio da Manhã	Manga	Banana			
	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE			
		Cenoura, batata, cebola e courgete (sem casca)	Abóbora, batata, chuchu e feijão verde			
		Corvina 🚫	Peru			
	SOBREMESA	Maçã	Pera			
	LANCHE	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana			

* Ementa sujeita a alterações