

**EMENTA PARA CRECHE | SALAS DE 1 ANO | JULHO 2025 *****2ª FEIRA****3ª FEIRA****4ª FEIRA****5ª FEIRA****6ª FEIRA**

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	
1 A 4	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
		PRATO		Lombos de pescada com batata e cenoura cozida	Frango com fusilli de legumes	Tamboril com arroz	Borrego com cotovelinhos
		SALADA		Legumes	Legumes	Legumes	Legumes
		SOBREMESA		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE			Papa com ou sem glúten	logurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten	logurte natural com fruta	
7 A 11	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
		PRATO	Corvina cozida, cenoura e arroz	Frango com esparguete	Pescada com arroz de cenoura	Borrego com arroz	Maruca com fusilli de legumes
		SALADA	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE		logurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten	logurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten	logurte natural com fruta	
14 A 18	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
		PRATO	Bife de peru grelhado com batata cozida	Pescada com arroz de espinafres	Frango com fusilli de legumes	Corvina no forno com arroz de ervilhas	Peru com batata cozida e feijão verde
		SALADA		Legumes	Legumes	Legumes	
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE		logurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten	logurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten	logurte natural com fruta	
21 A 25	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
		PRATO	Tamboril com cotovelinhos, cenoura e espinafres	Borrego com esparguete	Pescada com arroz, cenoura e espinafres	Peru grelhado com fusilli	Maruca com batata, ervilhas e cenoura
		SALADA		Legumes	Legumes	Legumes	
		SOBREMESA		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE		logurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten	logurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten	logurte natural com fruta	
28 A 31	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	
		PRATO	Bife de frango grelhado com arroz	Corvina com batata, cenoura e brócolos	Frango assado com arroz de cenoura	Pescada com fusilli de legumes	
		SALADA	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes	
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
LANCHE		logurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten	logurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten		

* Ementa sujeita a alterações