

**EMENTA PARA BERÇÁRIOS | OUTUBRO 2025 *****2ª FEIRA****3ª FEIRA****4ª FEIRA****5ª FEIRA****6ª FEIRA**

1 A 3	Meio da Manhã			Maçã	Pera	Banana
	SOPA			LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
				Courgete, cenoura, batata doce, cebola e alface	Batata, abóbora, cebola e brócolos	Batata doce, cenoura, alface e espinafres
				Maruca	Frango	Tamboril
	SOBREMESA			Banana	Manga	Maçã
LANCHE			Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	
6 A 10	Meio da Manhã	Manga	Banana	Maçã	Pera	Banana
	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES 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 espinafres
		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	
13 A 17	Meio da Manhã	Manga	Banana	Maçã	Pera	Banana
	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES 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 espinafres
		Pescada	Frango	Maruca	Peru	Tamboril
	SOBREMESA	Maçã	Pera	Banana	Manga	Maçã
LANCHE	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	
20 A 24	Meio da Manhã	Manga	Banana	Maçã	Pera	Banana
	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES 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 espinafres
		Peru	Pescada	Frango	Maruca	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	
27 A 31	Meio da Manhã	Manga	Banana	Maçã	Pera	Banana
	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES 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 espinafres
		Corvina	Peru	Tamboril	Frango	Pescada
	SOBREMESA	Maçã	Pera	Banana	Manga	Maçã
LANCHE	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	logurte natural com maçã	

* Ementa sujeita a alterações