

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

3 A 7	Almoço		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
		SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
		PRATO	Frango com arroz	Corvina com puré de batata	Peru com esparguete	Tamboril com batata e feijão verde	Peru com arroz
		SALADA	Legumes	Legumes	Legumes		Legumes
	SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
LANCHE		logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	
10 A 14	Almoço	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
		SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
		PRATO	Maruca cozido com batata e cenoura	Frango com arroz de cenoura	Corvina com puré de batata	Peru com couscous	Pescada no forno com batata
		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	
17 A 21	Almoço	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
		SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
		PRATO	Borrego com arroz	Corvina com batata cozida e cenoura	Frango com esparguete	Pescada com arroz e cenoura	Frango com fusilli
		SALADA	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	
24 A 28	Almoço	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
		SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
		PRATO	Tamboril com batata e cenoura	Peru com arroz	Pescada cozida com batata, brócolos e cenoura	Frango com arroz	Maruca com batata e brócolos
		SALADA	Legumes	Legumes		Legumes	
	SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
LANCHE		Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	

* Ementa sujeita a alterações