



EMENTA PARA CRECHE | SALAS DE 1 ANO | DEZEMBRO 2025 *

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
--	----------	----------	----------	----------	----------

1 A 5	Almoço	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
		SOPA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE		
		PRATO	Filetes de pescada cozida, batata, cenoura e brócolos	Bife de peru grelhado com arroz	Tamboril com batata e cenoura	Borrego com massa		
		SALADA		Legumes	Legumes	Legumes		
		SOBREMESA		Fruta	Fruta	Fruta		
	LANCHE		Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana		
8 A 12	Almoço	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
		SOPA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE		
		PRATO	Frango com arroz agulha	Lombos de pescada cozida, batata, cenoura e brócolos	Bifes de peru com esparguete	Tamboril com arroz basmati		
		SALADA		Legumes	Legumes	Legumes		
		SOBREMESA		Fruta	Fruta	Fruta		
	LANCHE		Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana		
15 A 19	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	Peru com fusilli	Pescada com puré de batata e cenoura	Macarronete com frango	
		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	
22 A 31	Almoço	Meio da Manhã						
		SOPA						
		PRATO						
		SALADA						
		SOBREMESA						
	LANCHE							

* Ementa sujeita a alterações