EMENTA PARA CRECHE | SALAS DE 1 ANO | SETEMBRO 2026 *

			2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
1 A 4	Meio da Manhã			Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Almoço	SOPA		FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
		PRATO		Pescada com batata e cenoura	Peru com puré de batata doce	Maruca com arroz	Borrego com massa
		SALADA			Legumes	Legumes	Legumes
		SOBREMESA		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	LANCHE			Papa com ou sem glúten	Iogurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten	Iogurte natural com fruta
7 A 11	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
		PRATO	Pescada com puré de batata, cenoura e brócolos	Frango com arroz	Corvina com massa	Peru com cenoura e batata	Tamboril com arroz
		SALADA		Legumes	Legumes	Legumes	Legumes
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	LANCHE		Iogurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten	Iogurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten	Iogurte natural com fruta
14 A 18	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
		PRATO	Frango com esparguete	Pescada no forno com batata	Peru com arroz	Maruca com massa	Borrego com arroz
		SALADA	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	LANCHE		Iogurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten	Iogurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten	Iogurte natural com fruta
21 A 25	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ESPINAFRES COM BATATA DOCE
		PRATO	Corvina com arroz	Peru com massa	Pescada com batata	Frango com arroz	Tamboril com massa
		SALADA	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	LANCHE		Iogurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten	Iogurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten	Iogurte natural com fruta
28 A 30	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta		
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE		
		PRATO	Borrego com batata	Tamboril com arroz	Peru com massa		
		SALADA	Legumes	Legumes	Legumes		
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta		
	LANCHE		Iogurte natural com fruta	Papa com ou sem glúten	Iogurte natural com fruta		

* Ementa sujeita a alterações