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

			2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
2 A 6			Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	BATATA DOCE
		PRATO	Corvina com batata e brócolos	Peru com puré de batata	Abrotea com arroz	Frango com esparguete	Tamboril com batata e feijão verde
		SALADA	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes	
		SOBREMESA		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
9 A 13	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	BATATA DOCE
		PRATO	Borrego com batata	Tamboril cozido com cotovelinhos e cenoura	Frango com arroz de cenoura	Corvina com fusilli	Peru 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
16 A 20	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	BATATA DOCE
		PRATO	Pescada no forno com batata	Borrego com arroz	Corvina com batata cozida e cenoura	Frango com esparguete	Abrotea com arroz e cenoura
		SALADA	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
23 A 27	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	BATATA DOCE
		PRATO	Peru com fusilli	Tamboril com batata e cenoura	Borrego com arroz	Pescada cozida com batata, brócolos e cenoura	Frango 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
30	Meio da Manhã		Fruta				
	Almoço	SOPA	CENOURA				
		PRATO	Pescada com batata				
		SALADA	Legumes				
		SOBREMESA	Fruta				
	LANCHE		Iogurte natural com fruta				

* Ementa sujeita a alterações