

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 2 a 5 anos | Bebés e 1 ano |
|  | **Almoço** | **Lanche** | **Almoço** | **Lanche** |
| **2ª** | FERIADO | FERIADO | FERIADO | FERIADO |
| **3ª** | Sopa de feijão verdePasteis de bacalhau c/arroz de tomateSaladaFruta | IogurtesPão com manteiga | Sopa de peixeArroz de peixeFruta | Cerelac |
| **4ª** | Sopa de abóboraOmelete com arroz de ervilhasFruta | Leite Pão com manteiga | Sopa com frangoFrango com massinhaFruta | Iogurte com bolacha  |
| **5ª** | Sopa de alfacePeixe cozido com batatas e legumesFruta | IogurtesPão com fiambre | Sopa de peixe Peixe cozido com batatasFruta | Cerelac |
| **6ª** | Sopa de legumesPerna de peru com puré de batataSaladaFruta | Leite com chocolatePão com queijo | Sopa com peruBifinhos de peru com puré de batataFruta | Iogurte com fruta |

**EMENTAS** **05 a 09 Outubro 2020**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 2 a 5 anos | Bebés e 1 ano |
|  | **Almoço** | **Lanche** | **Almoço** | **Lanche** |
| **2ª** | Sopa de cenouraCarne de porco à alentejanaSaladaFruta | LeitePão com manteiga | Sopa com borregoBorrego com batatinhasFruta | Iogurte com fruta |
| **3ª** | Sopa de alfaceAtum com feijão fradeSaladaFruta | IogurtePão com marmelada | Sopa de peixeMassinha com peixeFruta | Cerelac |
| **4ª** | Sopa de aboboraErvilhas com ovos escalfadosSaladaFruta | LeitePão com manteiga | Sopa com peruBifinhos de peru com arrozFruta | Iogurte com bolacha |
| **5ª** | Sopa de agriõesBacalhau com natasSaladaFruta | IogurtePão com queijo | Sopa de peixePeixe cozido com batatas e cenourasFruta | Cerelac |
| **6ª** | Sopa de legumesArroz de patoSaladaFruta | Leite Pão com fiambre | Sopa com frangoArroz de frangoFruta | Iogurte com fruta |

**EMENTAS 12 a 16 Outubro 2020**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 2 a 5 anos | Bebés e 1 ano |
|  | **Almoço** | **Lanche** | **Almoço** | **Lanche** |
| **2ª** | Sopa de cenouraBolonhesa de carneSaladaFruta | LeitePão com manteiga | Sopa com borregoBorrego com massinhaFruta | Iogurte com fruta |
| **3ª** | Sopa de alfacePataniscas de bacalhau c/arroz cenouraSaladaFruta | IogurtePão com marmelada | Sopa de alfaceArroz de peixeFruta | Cerelac |
| **4ª** | Sopa de aboboraStrognoff de frango com espargueteSaladaFruta | LeitePão com manteiga | Sopa de frangoFrango com espargueteFruta | Iogurte com bolacha |
| **5ª** | Sopa de agriãoPeixe cozido com legumesSaladaFruta | IogurtePão com fiambre | Sopa de peixePeixe cozido com batatas e cenourasFruta | Cerelac |
| **6ª** | Sopa de legumesLombo porco assado no forno c/batatinhasSaladaFruta | Leite com chocolate Pão com queijo | Sopa com peruPeru com arrozFruta | Iogurte com fruta |

**EMENTAS 19 a 23 Outubro 2020**

**EMENTAS**  **26 a 30 Outubro 2020**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 2 a 5 anos | Bebés e 1 ano |
|  | **Almoço** | **Lanche** | **Almoço** | **Lanche** |
| **2ª** | Sopa de cenouraChili de carneSaladaFruta | LeitePão com manteiga | Sopa com borregoBorrego com arrozFruta | Iogurte com fruta |
| **3ª** | Sopa de alfaceLulas guisadas com arrozFruta | IogurtesPão com manteiga | Sopa de peixeMassinha com peixeFruta | Cerelac |
| **4ª** | Sopa de aboboraCarbonaraFruta | LeitePão com marmelada | Sopa com peruPeru com batatinhasFruta | Iogurte com bolacha |
| **5ª** | Sopa de agrião Peixe cozido com batatas e legumesSaladaFruta | LeitePão com queijo | Sopa de peixePeixe cozido com batatas e cenourasFruta | Cerelac |
| **6ª** | Sopa de legumesPanados de frango c/arroz de cenouraFruta | Leite Pão com fiambre | Sopa com frangoBifinhos de frango com arrozFruta | Iogurte com fruta |