

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 2 a 5 anos | Bebés e 1 ano |
|  | **Almoço** | **Lanche** | **Almoço** | **Lanche** |
| **2ª** | Sopa de aboboraCarne guisada com massaSaladaFruta | LeiteTorradas com manteiga | Sopa de aboboraCarne guisada com massaFruta  | Iogurte com fruta |
| **3ª** | Sopa de alfaceLulas estufadas com arrozFruta | Iogurte Torradas com manteiga | Sopa de peixePescada estufada com arrozFruta | Cerelac |
| **4ª** | Sopa de cenouraSalsichas frescas c/couve lombarda e arrozFruta | LeiteTorradas com manteiga | Sopa de cenouraBorrego estufado com arrozFruta | Iogurte com bolacha |
| **5ª** | Sopa de agriãoCaldeirada de pescadaSaladaFruta | LeiteTorradas com manteiga | Sopa de peixeFiletes de pescada com batatasFruta | Cerelac |
| **6ª** | Sopa de legumesCarne mista com puréSaladaFruta | IogurteTorradas com manteiga | Sopa de cenouraBifinhos de peru c/puré de batata doceFruta | Iogurte com bolacha |

EMENTAS 02 a 06 NOVEMBRO 2020

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 2 a 5 anos | Bebés e 1 ano |
|  | **Almoço** | **Lanche** | **Almoço** | **Lanche** |
| **2ª** | Sopa de cenouraHambúrgueres com espargueteSaladaFruta | LeitePão com manteiga | Sopa de cenouraFrango com massinhaFruta | Iogurte com fruta |
| **3ª** | Sopa de alfaceAtum com feijão fradeSaladaFruta | IogurtePão com manteiga | Sopa de peixePeixe cozido c/batatas e cenourasFruta | Cerelac |
| **4ª** | Sopa de aboboraOvos mexidos com arrozSaladaFruta | LeitePão com marmelada | Sopa de aboboraBorrego com arrozFruta | Iogurte com bolacha |
| **5ª** | Sopa de agriãoRissóis de pescada c/arroz de ervilhasSaladaFruta | IogurtePão com queijo | Sopa de peixeArroz de peixeFruta | Cerelac |
| **6ª** | Sopa de legumesFeijoadaFruta | Leite com chocolatePão com manteiga | Sopa de cenouraPerú com massaFruta | Iogurte com frutaPão |

**EMENTAS 09** **a 13 NOVEMBRO 2020**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 2 a 5 anos | Bebés e 1 ano |
|  | **Almoço** | **Lanche** | **Almoço** | **Lanche** |
| **2ª** | Sopa de cenouraLombo de porco com batatas fritasSaladaFruta | LeitePão com manteiga | Sopa de cenouraPeru com massinhaFruta | Iogurte com fruta |
| **3ª** | Sopa de feijão verdePeixe cozido com batatas e legumesSalada Fruta | IogurtePão com manteiga | Sopa de peixePeixe cozido com batatas e cenourasFruta | Cerelac |
| **4ª** | Sopa aboboraMassa com fiambre e queijo gratinadoSaladaFruta | LeitePão com mortadela | Sopa de aboboraMassinha com fiambre de peruFruta | Iogurte com bolacha |
| **5ª** | Sopa de agriãoBacalhau à BrásSaladaFruta | IogurtePão com manteiga | Sopa de peixeMedalhões de pescada c/cotovelinhosFruta | Cerelac |
| **6ª** | Sopa de legumesFrango assado no forno com espiraisSaladaFruta | Leite Pão com queijo | Sopa de cenouraBifinhos de frango com espiraisFruta | Iogurte com fruta |

**EMENTAS 16 a 20 NOVEMBRO 2020**

**EMENTAS**  **23 a 27 NOVEMBRO 2019**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 2 a 5 anos | Bebés e 1 ano |
|  | **Almoço** | **Lanche** | **Almoço** | **Lanche** |
| **2ª** | Sopa de cenouraCarne de porco à alentejanaSaladaFruta | LeitePão com manteiga | Sopa de cenouraPeru com batatas Fruta | Iogurte com fruta |
| **3ª** | Sopa de agriãoPeixe no forno com espinafres e batatinhasSaladaFruta | IogurtesPão com marmelada | Sopa de peixePeixe no forno com espinafres e batatinhasFruta | Cerelac |
| **4ª** | Sopa de abobora Tortilha com arrozSaladaFruta | LeitePão com fiambre | Sopa de aboboraBorrego com arrozFruta | Iogurte com bolacha |
| **5ª** | Sopa de alfaceMassada de salmão com legumes salteadosFruta | IogurtesPão com manteiga | Sopa de peixeMassada de pescadaFruta | Cerelac |
| **6ª** | Sopa de cenouraAlmondegas com arrozSaladaFruta | Leite Pão com queijo | Sopa de cenouraAlmondegas de frango com arrozFruta | Iogurte com fruta |