

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 2 a 5 anos | | Bebés e 1 ano | |
|  | **Almoço** | **Lanche** | **Almoço** | **Lanche** |
| **2ª** | Sopa de cenoura  Rissóis pescada com arroz de cenoura  Salada  Fruta | Leite  Pão com manteiga | Sopa de peixe  Arroz de pescada com cenoura  Fruta | Cerelac |
| **3ª** | Sopa de espinafres  Bolonhesa de carne  Salada  Fruta | Iogurtes  Pão com manteiga | Sopa de alface  Bolonhesa de borrego  Fruta | Iogurte com fruta |
| **4ª** | Sopa de abóbora  Ovos mexidos com arroz de ervilhas  Fruta | Leite  Pão com mamelada | Sopa de abóbora  Frango com batatinhas e cenoura  Fruta | Iogurte com bolacha |
| **5ª** | Sopa de alface  Lombo de porco assado com esparguete  Salada  Fruta | Iogurtes  Pão com queijo | Sopa de alface  Peito de peru com massa  Fruta | Cerelac |
| **6ª** | Sopa de legumes  Massada de salmão  Salada  Fruta | Leite com chocolate  Pão com manteiga | Sopa de peixe  Massada de salmão  Fruta | Iogurte com fruta |

**EMENTAS** **15 a 19 MARÇO 2021**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 2 a 5 anos | | Bebés e 1 ano | |
|  | **Almoço** | **Lanche** | **Almoço** | **Lanche** |
| **2ª** | Sopa de cenoura  Hambúrgueres com esparguete  Salada  Fruta | Leite  Pão com manteiga | Sopa de cenoura  Carne com massinha  Fruta | Iogurte com fruta |
| **3ª** | Sopa de alface  Strogonoff de frango com arroz branco  Salada  Fruta | Iogurtes  Pão com marmelada | Sopa de alface  Bifinhos de frango com arroz  Fruta | Cerelac |
| **4ª** | Sopa de abobora  Atum com feijão frade  Fruta | Leite  Pão com manteiga | Sopa de peixe  Peixe cozido com batatas e cenouras  Fruta | Iogurte com bolacha |
| **5ª** | Sopa de agriões  Feijoada com arroz branco  Salada  Fruta | Iogurtes  Pão com queijo | Sopa de abobora  Peru com arroz  Fruta | Cerelac |
| **6ª** | Sopa de legumes  Empadão de peixe  Salada  Fruta | Leite  Pão com manteiga | Sopa de peixe  Empadão de peixe  Fruta | Iogurte com fruta |

**EMENTAS 22 a 26 MARÇO 2021**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 2 a 5 anos | | Bebés e 1 ano | |
|  | **Almoço** | **Lanche** | **Almoço** | **Lanche** |
| **2ª** | Sopa de cenoura  Empadas de frango c/arroz de cenoura  Salada  Fruta | Leite  Pão com manteiga | Sopa de cenoura  Arroz de frango  Fruta | Iogurte com fruta |
| **3ª** | Sopa de alface  Medalhões de pescada no forno c/batatinhas  Salada  Fruta | Iogurte  Pão com marmelada | Sopa de peixe  Medalhões de pescada no forno c/batatinhas  Fruta | Cerelac |
| **4ª** | Sopa de abobora  Ervilhas c/ovos escalfados e arroz  Salada  Fruta | Leite  Pão com manteiga | Sopa de abobora  Peru com massinha  Fruta | Iogurte com bolacha |
| **5ª** | FECHADO | FECHADO | FECHADO | FECHADO |
| **6ª** | FECHADO | FECHADO | FECHADO | FECHADO |

**EMENTAS 29 Março a 01 Abril 2021**