

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 2 a 5 anos | | Bebés e 1 ano | |
|  | **Almoço** | **Lanche** | **Almoço** | **Lanche** |
| **2ª** | FERIADO | FERIADO | FERIADO | FERIADO |
| **3ª** | Sopa de feijão-verde  Douradinhos de pescada no forno c/arroz de ervilhas  Salada  Fruta | Iogurtes  Pão com queijo | Sopa de peixe  Peixe cozido com batatas e cenouras  Fruta | Cerelac |
| **4ª** | Sopa de abóbora  Pernas de frango assadas com esparguete  Salada  Fruta | Leite  Pão com compota de morango | Sopa de abóbora  Frango no forno com massinha  Fruta | Iogurte com bolacha |
| **5ª** | Sopa de alface  Arroz de atum  Salada  Fruta | Iogurtes  Bolo | Sopa de peixe  Arroz de peixe  Fruta | Papa de aveia |
| **6ª** | Sopa de legumes  Lombo de porco assado com batatinhas  Salada  Fruta | Gelatina  Pão com fiambre | Sopa de cenoura  Perú com batatinhas  Fruta | Iogurte com fruta |

**EMENTAS** **01 a 05 Novembro 2021**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 2 a 5 anos | | Bebés e 1 ano | |
|  | **Almoço** | **Lanche** | **Almoço** | **Lanche** |
| **2ª** | Sopa de cenoura  Empadão de frango  Salada  Fruta | Leite  Pão com manteiga | Sopa de cenoura  Massinha com frango  Fruta | Iogurte com fruta |
| **3ª** | Sopa de alface  Bacalhau à Brás  Salada  Fruta | Iogurtes  Pão com compota de morango | Sopa de peixe  Peixe com puré de batata-doce  Fruta | Cerelac |
| **4ª** | Sopa de abobora  Chili de carne com arroz  Salada  Fruta | Leite  Pão com manteiga | Sopa de abobora  Perú com arroz  Fruta | Iogurte com bolacha |
| **5ª** | Sopa de agriões  Peixe cozido com batatas e legumes  Salada  Fruta | Iogurtes  Pão com queijo | Sopa de peixe  Peixe cozido com batatas, cenoura e brócolos  Fruta | Papa de aveia |
| **6ª** | Sopa de legumes  Carne de porco à portuguesa  Salada  Fruta | Gelatina  Pão com fiambre | Sopa de cenoura  Frango com arroz  Fruta | Iogurte com fruta |

**EMENTAS 08 a 12 Novembro 2021**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 2 a 5 anos | | Bebés e 1 ano | |
|  | **Almoço** | **Lanche** | **Almoço** | **Lanche** |
| **2ª** | Sopa de cenoura  Empadas de galinha c/arroz de cenoura  Salada  Fruta | Leite  Pão com manteiga | Sopa de cenoura  Frango com massinha  Fruta | Iogurte com fruta |
| **3ª** | Sopa de alface  Bacalhau à Gomes de Sá  Salada  Fruta | Iogurte  Pão com compota de morango | Sopa de peixe  Medalhões de pescada no forno c/ batatas  Fruta | Cerelac |
| **4ª** | Sopa de abobora  Ovos mexidos com arroz de ervilhas  Salada  Fruta | Leite  Pão com queijo | Sopa de abobora  Peru com arroz  Fruta | Iogurte com bolacha |
| **5ª** | Sopa de agrião  Rissóis de pescada no forno com arroz  Salada  Fruta | Iogurte  Pão com manteiga | Sopa de peixe  Peixe com puré de batata-doce  Fruta | Papa de aveia |
| **6ª** | Sopa de legumes  Feijoada  Fruta | Gelatina  Pão com fiambre | Sopa de cenoura  Arroz de frango  Fruta | Iogurte com fruta |

**EMENTAS 15 a 19 Novembro 2021**

**EMENTAS**  **22 a 26 Novembro 2021**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 2 a 5 anos | | Bebés e 1 ano | |
|  | **Almoço** | **Lanche** | **Almoço** | **Lanche** |
| **2ª** | Sopa de cenoura  Bolonhesa de carne  Salada  Fruta | Leite  Pão com queijo | Sopa de cenoura  Frango com massa  Fruta | Iogurte com fruta  Pão |
| **3ª** | Sopa de alface  Peixe no forno com batatinhas e legumes  Fruta | Leite  Pão com compota de morango | Sopa de peixe  Empadão de peixe  Fruta | Cerelac |
| **4ª** | Sopa de abobora  Bifinhos de frango no forno c/esparguete  Salada  Fruta | Iogurtes  Pão com manteiga | Sopa de abóbora  Bifinhos de Perú com arroz  Fruta | Iogurte com bolacha  Pão |
| **5ª** | Sopa de agrião  Pastéis de bacalhau c/arroz de ervilhas  Salada  Fruta | Leite  Pão com queijo | Sopa de peixe  Arroz de peixe  Fruta | Papa de aveia |
| **6ª** | Sopa de agrião  Frango assado no forno c/puré batata  Salada  Fruta | Gelatina  Pão com fiambre | Sopa de cenoura  Frango com arroz  Fruta | Iogurte com fruta |