

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 2 a 5 anos | | Bebés e 1 ano | |
|  | **Almoço** | **Lanche** | **Almoço** | **Lanche** |
| **2ª** | Sopa de cenoura  Almofadinhas de carne no forno com esparguete  Salada  Fruta | Leite  Pão com manteiga | Sopa de cenoura  Peru com massinha  Fruta | Iogurte com fruta |
| **3ª** | Sopa de feijão verde  Peixe no forno com arroz de cenoura  Salada  Fruta | Iogurtes  Pão com compota de morango | Sopa de peixe  Peixe no forno com arroz  Fruta | Cerelac |
| **4ª** | Sopa de abóbora  Strogonoff de peru com arroz  Salada  Fruta | Leite  Pão com manteiga | Sopa de abóbora  Vitela com arroz  Fruta | Iogurte com bolacha |
| **5ª** | Sopa de alface  Bacalhau à Gomes de Sá  Salada  Fruta | Iogurtes  Pão com fiambre | Sopa de peixe  Peixe cozido com batatas e cenouras  Fruta | Cerelac e Papa de Aveia |
| **6ª** | Sopa de legumes  Frango assado com esparguete  Salada  Fruta | Leite  Pão com queijo | Sopa de cenoura  Frango com massa  Fruta | Iogurte com fruta |

**EMENTAS** **07 a 11 Fevereiro 2022**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 2 a 5 anos | | Bebés e 1 ano | |
|  | **Almoço** | **Lanche** | **Almoço** | **Lanche** |
| **2ª** | Sopa de cenoura  Bifinhos de frango com puré de batata  Salada  Fruta | Leite  Pão com manteiga | Sopa de cenoura  Bifinhos frango com puré de batata-doce  Fruta | Iogurte com fruta |
| **3ª** | Sopa de alface  Lulas estufadas com arroz branco  Salada  Fruta | Iogurtes  Pão com marmelada | Sopa de peixe  Peixe cozido com batatas e cenouras  Fruta | Cerelac |
| **4ª** | Sopa de abobora  Perna de peru assada no forno com esparguete  Salada  Fruta | Leite  Pão com fiambre de peru | Sopa de abobora  Perú com massinha  Fruta | Iogurte com bolacha |
| **5ª** | Sopa de agriões  Arroz de polvo  Salada  Fruta | Iogurtes  Pão com queijo | Sopa de peixe  Arroz de peixe  Fruta | Cerelac e Papa de Aveia |
| **6ª** | Sopa de legumes  Chili de carne com arroz  Salada  Fruta | Leite  Pão com manteiga | Sopa de legumes  Perú com massa  Fruta | Iogurte com fruta |

**EMENTAS 14 a 18 Fevereiro 2022**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 2 a 5 anos | | Bebés e 1 ano | |
|  | **Almoço** | **Lanche** | **Almoço** | **Lanche** |
| **2ª** | Sopa de cenoura  Arroz à valenciana  Salada  Fruta | Leite  Pão com manteiga | Sopa de cenoura  Bifinhos de frango com arroz  Fruta | Iogurte com fruta |
| **3ª** | Sopa de alface  Bolonhesa de atum  Salada  Fruta | Iogurte  Pão com doce de morango | Sopa de peixe  Massada de peixe  Fruta | Cerelac |
| **4ª** | Sopa de abobora  Ovos mexidos com arroz branco  Salada  Fruta | Leite  Pão com fiambre | Sopa de abobora  Borrego com arroz  Fruta | Iogurte com bolacha |
| **5ª** | Sopa de agrião  Rissóis de peixe com arroz de cenoura  Salada  Fruta | Iogurte  Pão com queijo | Sopa de peixe  Peixe cozido com batatas e cenouras  Fruta | Cerelac e Papa de Aveia |
| **6ª** | Sopa de legumes  Arroz de pato  Salada  Fruta | Leite  Pão com manteiga | Sopa de cenoura  Arroz de pato  Fruta | Iogurte com fruta |

**EMENTAS 21 a 25 Fevereiro 2022**