



Ementa Mensal – 2

transição para ementa das Salas dos 24 aos 36 meses



1.ª Semana Refeição	2.ª-feira	3.ª-feira	4.ª-feira	5.ª-feira	6.ª-feira
Almoço	Sopa: Cenoura Prato: Peru Estufado c/ Arroz Branco e Salada de Alface Fruta: Maçã	Sopa: Legumes Prato: Lombo de Pescada Estufados c/ Massinhas e Ervilhas Fruta: Banana	Sopa: Agrião Prato: Vitela Estufada c/ Arroz de Cenoura e Salada de Tomate Fruta: Clementina*	Sopa: Abóbora Prato: Atum em azeite c/Batata, Grão e Brócolos Fruta: Pera	Sopa: Alface Prato: Frango Estufado c/ Massinhas e cenoura ralada Fruta: Maçã*
Lanche	logurte c/ Fruta e Aveia	Papa de leite, aveia e fruta	logurte c/ Fruta e Aveia	Papa de leite, aveia e fruta	logurte c/ Fruta e Aveia
2.ª Semana Refeição	2.ª-feira	3.ª-feira	4.ª-feira	5.ª-feira	6.ª-feira
Almoço	Sopa: Cenoura Prato: Peru Estufado c/ Esparguete e Cenoura Ralada Fruta: Maçã	Sopa: Legumes Prato: Maruca no forno c/ Arroz de Tomate e Ervilhas Fruta: Banana	Sopa: Espinafres Prato: Vitela Estufada c/ massinhas e Salada de Tomate Fruta: Clementina*	Sopa: Abóbora Prato: Pescada Cozida c/ Batata, Cenoura e Feijão-Verde Fruta: Pera	Sopa: Alface Prato: Frango Assado com Arroz de Cenoura e Salada de Alface Fruta: Maçã*
Lanche	logurte c/ Fruta e Aveia	Papa de leite, aveia e fruta	logurte c/ Fruta e Aveia	Papa de leite, aveia e fruta	logurte c/ Fruta e Aveia
3.ª Semana Refeição	2.ª-feira	3.ª-feira	4.ª-feira	5.ª-feira	6.ª-feira
Almoço	Sopa: Cenoura Prato: Peru Estufado c/ Arroz Branco e Salada de Tomate Fruta: Maçã	Sopa: Legumes Prato: Maruca Estufada c/ Massinhas e Ervilhas Fruta: Banana	Sopa: Agrião Prato: Vitela Estufada c/ Arroz de Cenoura e Salada de Tomate Fruta: Clementina*	Sopa: Abóbora Prato: Pescada Cozida c/Batata, Cenoura e Feijão-Verde Fruta: Pera	Sopa: Alface Prato: Frango Cozido c/ Massinhas e Cenoura Ralada Fruta: Maçã*
Lanche	logurte c/ Fruta e Aveia	Papa de leite, aveia e fruta	logurte c/ Fruta e Aveia	Papa de leite, aveia e fruta	logurte c/ Fruta e Aveia
4.ª Semana Refeição	2.ª-feira	3.ª-feira	4.ª-feira	5.ª-feira	6.ª-feira
Almoço	Sopa: Cenoura Prato: Peru Estufado c/ Esparguete e Cenoura Ralada Fruta: Maçã	Sopa: Legumes Prato: Salmão no forno c/ Arroz de Tomate e Ervilhas Fruta: Banana	Sopa: Espinafres Prato: Vitela Estufada c/ massinhas e Salada de Tomate Fruta: Clementina*	Sopa: Abóbora Prato: Pescada Cozida c/Batata, Cenoura e Feijão-Verde Fruta: Pera	Sopa: Creme de Alface Prato: Frango Guisado c/ fusillis, ervilhas e cenouras Fruta: Maçã*
Lanche	logurte c/ Fruta e Aveia	Papa de leite, aveia e fruta	logurte c/ Fruta e Aveia	Papa de leite, aveia e fruta	logurte c/ Fruta e Aveia

*Ou fruta da época sempre que possível

outubro 2019