

Ementa Prevista

Sala 1 ano

Semana 1

S
E
G

SOPA: Creme de cenoura
PRATO: Ovos mexidos, arroz de ervilhas; salada de tomate
SOBREMESA: Fruta da época
LANCHE: Cerelac e pão com manteiga

T
E
R

SOPA: Sopa de tronchuda
PRATO: Caldeirada
SOBREMESA: Fruta da época
LANCHE: Nestum e pão com queijo

Q
U
A

SOPA: Sopa de legumes variados
PRATO: Estrelinhas de frango, cenoura raspada e ervilhas
SOBREMESA: Fruta da época
LANCHE: Cerelac e pão com manteiga

Q
U
I

SOPA: Sopa de couve branca
PRATO: Peixe estufado com puré e legumes
SOBREMESA: Fruta da época
LANCHE: Iogurte natural com fruta ralada e pão com manteiga

S
E
X

SOPA: Creme aveludado de brócolos
PRATO: Arroz de vitela, ervilhas e cenoura
SOBREMESA: Fruta da época
LANCHE: Leite simples e pão com manteiga



Centro Infantil
nova aurora

Ementa Prevista

Sala 1 ano

Semana 2

S E G	SOPA:	Creme de ervilhas
	PRATO:	Maruca estufada com batatas e legumes
	SOBREMESA:	Fruta da época
	LANCHE:	Cerelac e pão com manteiga
T E R	SOPA:	Sopa de repolho
	PRATO:	Arroz de vitela e legumes
	SOBREMESA:	Fruta da época
	LANCHE:	logurte natural com fruta ralada e pão com fiambre
Q U A	SOPA:	Sopa de legumes
	PRATO:	Pescada estufada com batata, cenoura e couve branca
	SOBREMESA:	Fruta da época
	LANCHE:	Cerelac e pão com fiambre
Q U I	SOPA:	Sopa de espinafres
	PRATO:	Massa com peru e brócolos
	SOBREMESA:	Fruta da época
	LANCHE:	Nestum e pão com manteiga
S E X	SOPA:	Canja de galinha com massinhas
	PRATO:	Farinha de pau de peixe e legumes
	SOBREMESA:	Fruta da época
	LANCHE:	Leite simples e pão com manteiga



Centro Infantil
nova aurora



Ementa Prevista

Sala 1 ano

Semana 3

S E G	SOPA:	Sopa de couve branca
	PRATO:	Almôndegas estufadas com arroz branco
	SOBREMESA:	Fruta da época
	LANCHE:	Cerelac e pão com manteiga
T E R	SOPA:	Sopa de cenoura às bolinhas
	PRATO:	Peixe estufado com puré e brócolos
	SOBREMESA:	Fruta da época
	LANCHE:	Nestum e pão com queijo
Q U A	SOPA:	Sopa de feijão verde
	PRATO:	Arroz de peru com cenoura
	SOBREMESA:	Fruta da época
	LANCHE:	Cerelac e pão com manteiga
Q U I	SOPA:	Sopa de couve lombarda
	PRATO:	Estrelinhas estufadas com peixe e brócolos
	SOBREMESA:	Fruta da época
	LANCHE:	logurte natural com fruta ralada e pão com manteiga
S E X	SOPA:	Creme de abóbora
	PRATO:	Frango guisado com batatas e legumes
	SOBREMESA:	Fruta da época
	LANCHE:	Leite simples e pão com manteiga



Centro Infantil
nova aurora

Ementa Prevista

Sala 1 ano

Semana 4

S E G	SOPA: PRATO: SOBREMESA: LANCHE:	Creme de feijão vermelho Caldeirada Fruta da época Cerelac e pão com manteiga
T E R	SOPA: PRATO: SOBREMESA: LANCHE:	Sopa de alface Tirinhas de peru estufadas com aletria, alface em juliana Fruta da época Iogurte natural, fruta ralada e pão com fiambre
Q U A	SOPA: PRATO: SOBREMESA: LANCHE:	Sopa de couve portuguesa Arroz de peixe e feijão branco; tomate aos cubos Fruta da época Cerelac e pão com fiambre
Q U I	SOPA: PRATO: SOBREMESA: LANCHE:	Sopa de couve branca Empadão de carne, cenoura ralada Fruta da época Nestum e pão com manteiga
S E X	SOPA: PRATO: SOBREMESA: LANCHE:	Canja de galinha com massa Arroz de peixe e legumes malandrinho Fruta da época Leite simples e pão com manteiga



Centro Infantil
nova aurora

Ementa Prevista

Sala 1 ano

Semana 5

S E G	SOPA:	Sopa de repolho
	PRATO:	Ovos mexidos, arroz de cenoura
	SOBREMESA:	Fruta da época
	LANCHE:	Cerelac e pão com manteiga
T E R	SOPA:	Sopa de couve lombarda
	PRATO:	Empadão de peixe, salada de tomate aos cubos
	SOBREMESA:	Fruta da época
	LANCHE:	Nestum e pão com queijo
Q U A	SOPA:	Sopa de couve coração
	PRATO:	Arroz de vitela, ervilhas e cenoura
	SOBREMESA:	Fruta da época
	LANCHE:	Cerelac e pão com manteiga
Q U I	SOPA:	Sopa de alface
	PRATO:	Peixe estufado com puré e legumes
	SOBREMESA:	Fruta da época
	LANCHE:	Iogurte natural com fruta ralada e pão com manteiga
S E X	SOPA:	Creme de legumes
	PRATO:	Massa de frango
	SOBREMESA:	Fruta da época
	LANCHE:	Leite simples e pão com manteiga



Centro Infantil
nova aurora

Ementa Prevista

Sala 1 ano

Semana 6

S
E
G

SOPA: Sopa de penca
PRATO: Almôndegas com arroz branco e salada tomate aos cubos
SOBREMESA: Fruta da época
LANCHE: Cerelac e pão com manteiga

T
E
R

SOPA: Sopa de repolho
PRATO: Peixe estufado com batatas e brócolos
SOBREMESA: Fruta da época
LANCHE: Iogurte natural, fruta ralada e pão com fiambre

Q
U
A

SOPA: Sopa de espinafres
PRATO: Aletria com frango, cenoura e ervilhas
SOBREMESA: Fruta da época
LANCHE: Cerelac e pão com fiambre

Q
U
I

SOPA: Sopa de couve branca
PRATO: Red-fish estufada com arroz e cenoura ralada
SOBREMESA: Fruta da época
LANCHE: Nestum e pão com manteiga

S
E
X

SOPA: Creme de legumes
PRATO: Jardineira
SOBREMESA: Fruta da época
LANCHE: Leite simples e pão com manteiga



Centro Infantil
nova aurora



Ementa Prevista

Sala 1 ano

Semana 7

S
E
G

SOPA: Legumes variados
PRATO: Empadão de peixe com brócolos
SOBREMESA: Fruta da época
LANCHE: Cerelac e pão com manteiga

T
E
R

SOPA: Sopa de couve galega e massinhas
PRATO: Frango estufado com arroz e tomate aos cubos
SOBREMESA: Fruta da época
LANCHE: Nestum e pão com queijo

Q
U
A

SOPA: Creme de legumes
PRATO: Caldeirada
SOBREMESA: Fruta da época
LANCHE: Cerelac e pão com manteiga

Q
U
I

SOPA: Sopa de repolho
PRATO: Estrelinhas com vitela e legumes
SOBREMESA: Fruta da época
LANCHE: Iogurte natural com fruta ralada e pão com manteiga

S
E
X

SOPA: Sopa de ervilhas
PRATO: Arroz de peixe e legumes
SOBREMESA: Fruta da época
LANCHE: Leite simples e pão com manteiga



Centro Infantil
nova aurora

Ementa Prevista

Sala 1 ano

Semana 8

S E G	SOPA:	Sopa de tronchuda
	PRATO:	Aletria à Bolonhesa
	SOBREMESA:	Fruta da época
	LANCHE:	Cerelac e pão com manteiga
T E R	SOPA:	Sopa de repolho
	PRATO:	Arroz de peixe com legumes
	SOBREMESA:	Fruta da época
	LANCHE:	logurte natural, fruta ralada e pão com fiambre
Q U A	SOPA:	Sopa de couve branca e cenoura
	PRATO:	Rancho
	SOBREMESA:	Fruta da época
	LANCHE:	Cerelac e pão com fiambre
Q U I	SOPA:	Sopa de couve coração
	PRATO:	Peixe estufado com puré e legumes
	SOBREMESA:	Fruta da época
	LANCHE:	Nestum e pão com manteiga
S E X	SOPA:	Canja de galinha com massa
	PRATO:	Arroz de peru e ervilhas; alface em juliana
	SOBREMESA:	Fruta da época
	LANCHE:	Leite simples e pão com manteiga



Centro Infantil
nova aurora

