



	De 28 a 2	De 5 a 9	De 12 a 16
2ª feira	Creme de Cenoura Arroz de potas e salada de tomate Fruta da época <b>Dieta:</b> Arroz de peixes simples <i>Leite e pão com mel</i>	<b>FERIADO</b>	Creme de Abóbora e Agrião Massa de Bacalhau Fruta da época <b>Dieta:</b> Massa de bacalhau simples <i>Leite e pão com queijo creme</i>
3ª feira	Sopa de Espinafres Lasanha de carne e legumes Fruta da época <b>Dieta:</b> Massa e carne cozida <i>Leite com cacau e pão c creme vegetal</i>	Sopa de Couve-roxa Frango de Fricassé c arroz e salada de cenoura Fruta da época <b>Dieta:</b> Arroz e bife de frango cozido <i>Leite com canela e pão com creme vegetal</i>	Sopa de Cebola Nuggets de frango no forno e arroz de ervilhas e cenoura Fruta da época <b>Dieta:</b> Arroz de cenoura e bife frango grelhado <i>Leite c/ canela e pão com doce</i>
4ª feira	Creme Cor de Rosa Massa de feijão vermelho e cogumelos Fruta da época <b>Dieta:</b> Massa e ovo cozido com salada <i>Leite c canela e pão c/ queijo creme</i>	Creme de Courgete e Cenoura Hamburguers de grão com massa de legumes Fruta da época <b>Dieta:</b> Massa de legumes e ovo mexido <i>Leite e pão com queijo creme</i>	Creme de Couve-flor e Cenoura Omelete verde de cogumelos e queijo com arroz brc Fruta da época <b>Dieta:</b> Arroz com ovo escalfado <i>Leite com cereais</i>
5ª feira	Creme de Legumes Raia grelhada com arroz de tomate Fruta da época <b>Dieta:</b> Raia grelhada c batata e leg. <i>Leite e pão com doce de fruta</i>	Sopa de Feijão Verde Pescada estufada com puré e brócolos Fruta da época <b>Dieta:</b> Pescada cozida com batata e leg. <i>Leite com cacau e pão com fiambre</i>	Sopa de Courgete Solha grelhada com arroz de feijão Fruta da época <b>Dieta:</b> Arroz e solha grelhada <i>Leite baunilhado e pão com creme vegetal</i>
6ª feira	Sopa de Feijão Vermelho e Penca Jardineira de peru Salada de fruta <b>Dieta:</b> Bife de peru grelhado e massa <i>logurte, fruta e bolacha Maria</i>	Sopa de Brócolos Lombinho de porco assado com castanhas e salada mista Fruta da época <b>Dieta:</b> Massa de carne simples <i>logurte, fruta e aveia</i>	Canja de galinha Empadão de peru e legumes Salada de Fruta <b>Dieta:</b> Batata cozida e bife de peru grelhado <i>logurte, fruta e bolachas Maria/Torrada</i>

**NOTA:** “A Ementa pode ser alterada de acordo com a disponibilidade de produtos”



# Ementa Outubro

## Creche

	De 28 a 2	De 5 a 9	De 12 a 16
2ª feira	Creme de Cenoura Arroz de potas e salada de tomate Fruta da época <b>Dieta:</b> Arroz de peixes simples <i>Leite e pão com mel</i>	<b>FERIADO</b>	Creme de Abóbora Massa de Bacalhau Fruta da época <b>Dieta:</b> Massa de bacalhau simples <i>Leite e pão com queijo creme</i>
3ª feira	Sopa de Espinafres Lasanha de carne e legumes Fruta da época <b>Dieta:</b> Massa e carne cozida <i>Leite com cacau e pão c creme vegetal</i>	Sopa de Couve-roxa Frango de Fricassé c arroz e salada de cenoura Fruta da época <b>Dieta:</b> Arroz brc e bife de frango cozido <i>Leite com canela e pão com creme vegetal</i>	Sopa de Cebola Nugguets de frango no forno e arroz de ervilhas e cenoura Fruta da época <b>Dieta:</b> Arroz de cenoura e bife frango grelhado <i>Leite c/ canela e pão com doce</i>
4ª feira	Creme Cor de Rosa Massa de feijão vermelho e cogumelos Fruta da época <b>Dieta:</b> Massa e ovo cozido com salada <i>Leite c canela e pão c/ queijo creme</i>	Creme de Courgete e Cenoura Hamburguers de grão com massa de legumes Fruta da época <b>Dieta:</b> Massa de legumes com ovo mexido <i>Leite e pão com queijo creme</i>	Creme de Cerveja e Cenoura Omelete verde de cogumelos e queijo com arroz brc Fruta da época <b>Dieta:</b> Arroz com ovo escalfado <i>Leite com cereais</i>
5ª feira	Creme de Legumes Raia grelhada com arroz de tomate Fruta da época <b>Dieta:</b> Raia grelhada c batata e leg. <i>Leite e pão com doce de fruta</i>	Sopa de Feijão Verde Pescada estufada com puré e brócolos Fruta da época <b>Dieta:</b> Pescada cozida com batata e leg. <i>Leite com cacau e pão com fiambre</i>	Sopa de Courgete Solha grelhada com arroz de feijão Fruta da época <b>Dieta:</b> Arroz e solha grelhada <i>Leite baunilhado e pão com creme vegetal</i>
6ª feira	Sopa de Feijão Vermelho e Penca Jardineira de peru Salada de fruta <b>Dieta:</b> Bife de peru grelhado e massa <i>logurte, fruta e bolacha Maria</i>	Sopa de Brócolos Lombinho de porco assado com castanhas e salada mista Fruta da época <b>Dieta:</b> Massa de carne simples <i>logurte, fruta e aveia</i>	Canja de galinha Empadão de peru e legumes Salada de Fruta <b>Dieta:</b> Batata cozida e bife de peru grelhado <i>logurte, fruta e bolachas Maria/Torrada</i>

**NOTA:** “A Ementa pode ser alterada de acordo com a disponibilidade de produtos”



# Ementa Outubro

## 1 Ano

	De 28 a 2	De 5 a 9	De 12 a 16
2ª feira	Creme de Legumes* Arroz de legumes e pescada Fruta da época <i>logurte, fruta e aveia</i>	<b>FERIADO</b>	Creme de Legumes* Massa de bacalhau simples Fruta da época <i>logurte, fruta e aveia</i>
3ª feira	Creme de Legumes* Massa e carne cozida Fruta da época <i>Leite e pão com fiambre</i>	Creme de Legumes* Frango de fricassé e arroz Fruta da época <i>Leite e pão com queijo creme</i>	Creme de Legumes* Nuggets de frango e arroz de ervilhas e cenoura Fruta da época <i>Leite e pão com fiambre</i>
4ª feira	Creme de Legumes Massa de cogumelos e ovo Fruta da época <i>Papa Láctea</i>	Creme de Legumes* Massa de legumes com ovo mexido Fruta da época <i>Papa Láctea</i>	Creme de Legumes* Omelete verde de cogumelos e queijo c arroz brn Fruta da época <i>Papa Láctea</i>
5ª feira	Creme de Legumes* Raia grelhada com batata e brócolos Fruta da época <i>Leite e pão com doce de fruta</i>	Creme de Legumes* Pescada estufada com puré Fruta da época <i>Leite e pão com queijo creme</i>	Creme de Legumes* Arroz e solha grelhada Fruta da Época <i>Leite e pão c/ creme vegetal</i>
6ª feira	Creme de Legumes* Jardineira de perú Salada de fruta <i>logurte, fruta e bolacha Maria</i>	Creme de Legumes* Massa de carne simples Fruta da época <i>logurte, fruta e aveia</i>	Canja de galinha Empadão de perú e legumes Salada de Fruta <i>logurte, fruta e bolachas Maria/Torrada</i>

\* Sopa - Creme de Legumes acordo com a sopa principal

**NOTA:** “A Ementa pode ser alterada de acordo com a disponibilidade de produtos”