

EMENTA BERÇÁRIO



21.Novembro.2022 A 25.Novembro.2022

S E G U N D A	Creme:	Abóbora com galinha
	Prato:	Bife de frango estufado simples com tomilho e esparguete e cenoura cozida
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa de cereais

T E R Ç A	Creme:	Curgete com solha
	Prato:	Bacalhau cozido com batata, brócolos e couve flor cozidas
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

Q U A R T A	Creme:	Brócolos com borrego
	Prato:	Bife de peru grelhado com arroz branco, couve branca e cenoura
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa de cereais

Q U I N T A	Creme:	Alface com maruca
	Prato:	Peixe no forno com batata, feijão verde, cenoura e curgete cozidos
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

S E X T A	Creme:	Couve branca com peru
	Prato:	Cubos de frango salteados com tomilho e macarronete, cenoura, nabo e couve coração cozidos
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa de cereais

Nutricionista Ana Paula Marques, 2798N

EMENTA BERÇÁRIO



28.Novembro.2022 A 02.Dezembro.2022

S E G U N D A	Creme:	Cenoura com abrótea
	Prato:	Peixe cozido com arroz de tomate e pimentos e couve flor cozida
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa de cereais

T E R Ç A	Creme:	Curgete com coelho
	Prato:	Pernas de frango no forno com alecrim, massa espiral tricolor e couve flor cozida
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

Q U A R T A	Creme:	Brócolos com pescada
	Prato:	Peixe cozido com batata, brócolos, couve flor e cenoura cozidos
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa de cereais

Q U I N T A	Creme:	Feriado
	Prato:	
	Sobremesa:	
	Lanche:	

S E X T A	Creme:	Couve branca com linguado
	Prato:	Peixe estufado simples com arroz de ervilhas, curgete e feijão verde cozidos
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa de cereais

Nutricionista Ana Paula Marques, 2798N

EMENTA BERÇÁRIO



05.Dezembro.2022 A 09.Dezembro.2022

S E G U N D A	Creme:	Abóbora com galinha
	Prato:	Bife de peru estufado simples com tomilho, massa espiral e couve flor cozida
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa de cereais

T E R Ç A	Creme:	Curgete com solha
	Prato:	Pescada cozida com batata, brócolos e curgete
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

Q U A R T A	Creme:	Brócolos com borrego
	Prato:	Arroz de pato simples com couve branca cozida
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa de cereais

Q U I N T A	Creme:	Feriado
	Prato:	
	Sobremesa:	
	Lanche:	

S E X T A	Creme:	Couve branca com peru
	Prato:	Bife de peru estufado simples com cenoura baby, esparguete, couve flor e feijão verde cozidos
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa de cereais

EMENTA BERÇÁRIO



12.Dezembro.2022 A 16.Dezembro.2022

S E G U N D A	Creme:	Cenoura com abrótea
	Prato:	Peixe cozido com arroz de cenoura e brócolos cozidos
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa de cereais

T E R Ç A	Creme:	Curgete com coelho
	Prato:	Bife de frango grelhado com massa de laços tricolor e couve branca cozida
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

Q U A R T A	Creme:	Brócolos com pescada
	Prato:	Salada de bacalhau com grão (com batata, feijão verde, cenoura e couve de bruxelas)
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa de cereais

Q U I N T A	Creme:	Alface com frango
	Prato:	Peito de peru estufado simples com manjeriçã, arroz de cenoura, brócolos e curgete cozidos
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

S E X T A	Creme:	Couve branca com linguado
	Prato:	Peixe com batatas no forno e curgete e nabo cozidos
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa de cereais

Nutricionista Ana Paula Marques, 2798N

EMENTA BERÇÁRIO



19.Dezembro.2022 A 23.Dezembro.2022

S E G U N D A	Creme:	Abóbora com galinha
	Prato:	Hambúrguer de frango no forno com esparguete tricolor e brócolos cozidos
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa de cereais

T E R Ç A	Creme:	Curgete com solha
	Prato:	Peixe cozido com batata e feijão verde cozidos
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

Q U A R T A	Creme:	Brócolos com borrego
	Prato:	Perna de borrego estufado simples com tomilho, arroz de grelos e couve flor
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa de cereais

Q U I N T A	Creme:	Alface com maruca
	Prato:	Peixe grelhado com batata e couve de bruxelas cozidas
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

S E X T A	Creme:	Couve branca com peru
	Prato:	Massinha de frango (peito de frango aos cubos, massa macarronete, ervilhas, curgete e feijão verde)
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa de cereais

EMENTA BERÇÁRIO



26.Dezembro.2022 A 30.Dezembro.2022

S E G U N D A	Creme:	Abóbora com galinha
	Prato:	Bife de frango estufado simples com tomilho e esparguete e cenoura cozida
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa de cereais

T E R Ç A	Creme:	Curgete com solha
	Prato:	Bacalhau cozido com batata, brócolos e couve flor cozidas
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

Q U A R T A	Creme:	Brócolos com borrego
	Prato:	Bife de peru grelhado com arroz branco, couve branca e cenoura
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa de cereais

Q U I N T A	Creme:	Alface com maruca
	Prato:	Peixe no forno com batata, feijão verde, cenoura e curgete cozidos
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

S E X T A	Creme:	Couve branca com peru
	Prato:	Cubos de frango salteados com tomilho e macarronete, cenoura, nabo e couve coração cozidos
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa de cereais

Nutricionista Ana Paula Marques, 2798N

EMENTA BERÇÁRIO



02.Janeiro.2023 A 06.Janeiro.2023

S E G U N D A	Creme:	Cenoura com abrótea
	Prato:	Peixe cozido com arroz de tomate e pimentos e couve flor cozida
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa de cereais

T E R Ç A	Creme:	Curgete com coelho
	Prato:	Pernas de frango no forno com alecrim, massa espiral tricolor e couve flor cozida
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

Q U A R T A	Creme:	Brócolos com pescada
	Prato:	Peixe cozido com batata, brócolos, couve flor e cenoura cozidos
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa de cereais

Q U I N T A	Creme:	Alface com frango
	Prato:	Bife de frango grelhado com limão e massa de laços e cenoura baby cozida
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

S E X T A	Creme:	Couve branca com linguado
	Prato:	Peixe estufado simples com arroz de ervilhas, curgete e feijão verde cozidos
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa de cereais

Nutricionista Ana Paula Marques, 2798N

EMENTA BERÇÁRIO



09.Janeiro.2023 A 13.Janeiro.2023

S E G U N D A	Creme:	Abóbora com galinha
	Prato:	Bife de peru estufado simples com tomilho, massa espiral e couve flor cozida
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa de cereais

T E R Ç A	Creme:	Curgete com solha
	Prato:	Pescada cozida com batata, brócolos e curgete
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

Q U A R T A	Creme:	Brócolos com borrego
	Prato:	Arroz de pato simples com couve branca cozida
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa de cereais

Q U I N T A	Creme:	Alface com maruca
	Prato:	Peixe grelhado com batata, cenoura e brócolos cozidos
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

S E X T A	Creme:	Couve branca com peru
	Prato:	Bife de peru estufado simples com cenoura baby, esparguete, couve flor e feijão verde cozidos
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa de cereais

Nutricionista Ana Paula Marques, 2798N

EMENTA BERÇÁRIO



16.Janeiro.2023 A 20.Janeiro.2023

S E G U N D A	Creme:	Cenoura com abrótea
	Prato:	Peixe cozido com arroz de cenoura e brócolos cozidos
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa de cereais

T E R Ç A	Creme:	Curgete com coelho
	Prato:	Bife de frango grelhado com massa de laços tricolor e couve branca cozida
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

Q U A R T A	Creme:	Brócolos com pescada
	Prato:	Salada de bacalhau com grão (com batata, feijão verde, cenoura e couve de bruxelas)
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa de cereais

Q U I N T A	Creme:	Alface com frango
	Prato:	Peito de peru estufado simples com manjeriçã, arroz de cenoura, brócolos e curgete cozidos
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

S E X T A	Creme:	Couve branca com linguado
	Prato:	Peixe com batatas no forno e curgete e nabo cozidos
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa de cereais

Nutricionista Ana Paula Marques, 2798N

EMENTA BERÇÁRIO



23.Janeiro.2023 A 27.Janeiro.2023

S E G U N D A	Creme:	Abóbora com galinha
	Prato:	Hambúrguer de frango no forno com esparguete tricolor e brócolos cozidos
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa de cereais

T E R Ç A	Creme:	Curgete com solha
	Prato:	Peixe cozido com batata e feijão verde cozidos
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

Q U A R T A	Creme:	Brócolos com borrego
	Prato:	Perna de borrego estufado simples com tomilho, arroz de grelos e couve flor
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa de cereais

Q U I N T A	Creme:	Alface com maruca
	Prato:	Peixe grelhado com batata e couve de bruxelas cozidas
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

S E X T A	Creme:	Couve branca com peru
	Prato:	Massinha de frango (peito de frango aos cubos, massa macarronete, ervilhas, curgete e feijão verde)
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa de cereais

Nutricionista Ana Paula Marques, 2798N

EMENTA BERÇÁRIO



30.Janeiro.2023 A 03.Fevereiro.2023

S E G U N D A	Creme:	Abóbora com galinha
	Prato:	Bife de frango estufado simples com tomilho e esparguete e cenoura cozida
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa de cereais

T E R Ç A	Creme:	Curgete com solha
	Prato:	Bacalhau cozido com batata, brócolos e couve flor cozidas
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

Q U A R T A	Creme:	Brócolos com borrego
	Prato:	Bife de peru grelhado com arroz branco, couve branca e cenoura
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa de cereais

Q U I N T A	Creme:	Alface com maruca
	Prato:	Peixe no forno com batata, feijão verde, cenoura e curgete cozidos
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

S E X T A	Creme:	Couve branca com peru
	Prato:	Cubos de frango salteados com tomilho e macarronete, cenoura, nabo e couve coração cozidos
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa de cereais

Nutricionista Ana Paula Marques, 2798N

EMENTA BERÇÁRIO



06.Fevereiro.2023 A 10.Fevereiro.2023

S E G U N D A	Creme:	Cenoura com abrótea
	Prato:	Peixe cozido com arroz de tomate e pimentos e couve flor cozida
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa de cereais

T E R Ç A	Creme:	Curgete com coelho
	Prato:	Pernas de frango no forno com alecrim, massa espiral tricolor e couve flor cozida
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

Q U A R T A	Creme:	Brócolos com pescada
	Prato:	Peixe cozido com batata, brócolos, couve flor e cenoura cozidos
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa de cereais

Q U I N T A	Creme:	Alface com frango
	Prato:	Bife de frango grelhado com limão e massa de laços e cenoura baby cozida
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

S E X T A	Creme:	Couve branca com linguado
	Prato:	Peixe estufado simples com arroz de ervilhas, curgete e feijão verde cozidos
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa de cereais

Nutricionista Ana Paula Marques, 2798N

EMENTA BERÇÁRIO



13.Fevereiro.2023 A 17.Fevereiro.2023

S E G U N D A	Creme:	Abóbora com galinha
	Prato:	Bife de peru estufado simples com tomilho, massa espiral e couve flor cozida
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa de cereais

T E R Ç A	Creme:	Curgete com solha
	Prato:	Pescada cozida com batata, brócolos e curgete
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

Q U A R T A	Creme:	Brócolos com borrego
	Prato:	Arroz de pato simples com couve branca cozida
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa de cereais

Q U I N T A	Creme:	Alface com maruca
	Prato:	Peixe grelhado com batata, cenoura e brócolos cozidos
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

S E X T A	Creme:	Couve branca com peru
	Prato:	Bife de peru estufado simples com cenoura baby, esparguete, couve flor e feijão verde cozidos
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa de cereais

Nutricionista Ana Paula Marques, 2798N

EMENTA BERÇÁRIO



20.Fevereiro.2023 A 24.Fevereiro.2023

S E G U N D A	Creme:	Cenoura com abrótea
	Prato:	Peixe cozido com arroz de cenoura e brócolos cozidos
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa de cereais

T E R Ç A	Creme:	Carnaval
	Prato:	
	Sobremesa:	
	Lanche:	

Q U A R T A	Creme:	Brócolos com pescada
	Prato:	Salada de bacalhau com grão (com batata, feijão verde, cenoura e couve de bruxelas)
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa de cereais

Q U I N T A	Creme:	Alface com frango
	Prato:	Peito de peru estufado simples com manjeriço, arroz de cenoura, brócolos e curgete cozidos
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

S E X T A	Creme:	Couve branca com linguado
	Prato:	Peixe com batatas no forno e curgete e nabo cozidos
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa de cereais

Nutricionista Ana Paula Marques, 2798N

EMENTA BERÇÁRIO



27.Fevereiro.2023 A 03.Março.2023

S E G U N D A	Creme:	Abóbora com galinha
	Prato:	Hambúrguer de frango no forno com esparguete tricolor e brócolos cozidos
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa de cereais

T E R Ç A	Creme:	Curgete com solha
	Prato:	Peixe cozido com batata e feijão verde cozidos
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

Q U A R T A	Creme:	Brócolos com borrego
	Prato:	Perna de borrego estufado simples com tomilho, arroz de grelos e couve flor
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa de cereais

Q U I N T A	Creme:	Alface com maruca
	Prato:	Peixe grelhado com batata e couve de bruxelas cozidas
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

S E X T A	Creme:	Couve branca com peru
	Prato:	Massinha de frango (peito de frango aos cubos, massa macarronete, ervilhas, curgete e feijão verde)
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa de cereais

EMENTA BERÇÁRIO



06.Março.2023 A 10.Março.2023

S E G U N D A	Creme:	Abóbora com galinha
	Prato:	Bife de frango estufado simples com tomilho e esparguete e cenoura cozida
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa de cereais

T E R Ç A	Creme:	Curgete com solha
	Prato:	Bacalhau cozido com batata, brócolos e couve flor cozidas
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

Q U A R T A	Creme:	Brócolos com borrego
	Prato:	Bife de peru grelhado com arroz branco, couve branca e cenoura
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa de cereais

Q U I N T A	Creme:	Alface com maruca
	Prato:	Peixe no forno com batata, feijão verde, cenoura e curgete cozidos
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

S E X T A	Creme:	Couve branca com peru
	Prato:	Cubos de frango salteados com tomilho e macarronete, cenoura, nabo e couve coração cozidos
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa de cereais

Nutricionista Ana Paula Marques, 2798N

EMENTA BERÇÁRIO



13.Março.2023 A 17.Março.2023

S E G U N D A	Creme:	Cenoura com abrótea
	Prato:	Peixe cozido com arroz de tomate e pimentos e couve flor cozida
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa de cereais

T E R Ç A	Creme:	Curgete com coelho
	Prato:	Pernas de frango no forno com alecrim, massa espiral tricolor e couve flor cozida
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

Q U A R T A	Creme:	Brócolos com pescada
	Prato:	Peixe cozido com batata, brócolos, couve flor e cenoura cozidos
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa de cereais

Q U I N T A	Creme:	Alface com frango
	Prato:	Bife de frango grelhado com limão e massa de laços e cenoura baby cozida
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

S E X T A	Creme:	Couve branca com linguado
	Prato:	Peixe estufado simples com arroz de ervilhas, curgete e feijão verde cozidos
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa de cereais

Nutricionista Ana Paula Marques, 2798N

EMENTA BERÇÁRIO



20.Março.2023 A 24.Março.2023

S E G U N D A	Creme:	Abóbora com galinha
	Prato:	Bife de peru estufado simples com tomilho, massa espiral e couve flor cozida
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa de cereais

T E R Ç A	Creme:	Curgete com solha
	Prato:	Pescada cozida com batata, brócolos e curgete
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

Q U A R T A	Creme:	Brócolos com borrego
	Prato:	Arroz de pato simples com couve branca cozida
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa de cereais

Q U I N T A	Creme:	Alface com maruca
	Prato:	Peixe grelhado com batata, cenoura e brócolos cozidos
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

S E X T A	Creme:	Couve branca com peru
	Prato:	Bife de peru estufado simples com cenoura baby, esparguete, couve flor e feijão verde cozidos
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa de cereais

Nutricionista Ana Paula Marques, 2798N

EMENTA BERÇÁRIO



27.Março.2023 A 31.Março.2023

S E G U N D A	Creme:	Cenoura com abrótea
	Prato:	Peixe cozido com arroz de cenoura e brócolos cozidos
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa de cereais

T E R Ç A	Creme:	Curgete com coelho
	Prato:	Bife de frango grelhado com massa de laços tricolor e couve branca cozida
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

Q U A R T A	Creme:	Brócolos com pescada
	Prato:	Salada de bacalhau com grão (com batata, feijão verde, cenoura e couve de bruxelas)
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa de cereais

Q U I N T A	Creme:	Alface com frango
	Prato:	Peito de peru estufado simples com manjeriço, arroz de cenoura, brócolos e curgete cozidos
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

S E X T A	Creme:	Couve branca com linguado
	Prato:	Peixe com batatas no forno e curgete e nabo cozidos
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa de cereais

Nutricionista Ana Paula Marques, 2798N

EMENTA BERÇÁRIO



03.Abril.2023 A 07.Abril.2023

S E G U N D A	Creme:	Abóbora com galinha
	Prato:	Hambúrguer de frango no forno com esparguete tricolor e brócolos cozidos
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa de cereais

T E R Ç A	Creme:	Curgete com solha
	Prato:	Peixe cozido com batata e feijão verde cozidos
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

Q U A R T A	Creme:	Brócolos com borrego
	Prato:	Perna de borrego estufado simples com tomilho, arroz de grelos e couve flor
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa de cereais

Q U I N T A	Creme:	Alface com maruca
	Prato:	Peixe grelhado com batata e couve de bruxelas cozidas
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural não açucarado com fruta

S E X T A	Creme:	Sexta-feira Santa
	Prato:	
	Sobremesa:	
	Lanche:	