

EMENTA BERÇÁRIO



17.Julho.2023 A 21.Julho.2023

S E G U N D A	Creme:	Abóbora com solha
	Prato:	Arroz de peixe com salada de alface
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa láctea

T E R Ç A	Creme:	Feijão verde com borrego
	Prato:	Bifes de frango grelhado com massa e grelos salteados
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural com fruta

Q U A R T A	Creme:	Couve branca com tamboril
	Prato:	Meia desfeita de bacalhau com grão e cenoura
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa láctea

Q U I N T A	Creme:	Nabiça com frango
	Prato:	Bife de peru grelhado com arroz branco e salada de alface
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural com fruta

S E X T A	Creme:	Couve flor com pescada
	Prato:	Peixe e batatas assadas no forno com couve
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa láctea

EMENTA BERÇÁRIO



24.Julho.2023 A 28.Julho.2023

S E G U N D A	Creme:	Couve coração com coelho
	Prato:	Hambúrguer grelhado com arroz de juliana e salada de alface
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa láctea

T E R Ç A	Creme:	Alho francês com dourada
	Prato:	Salada de pescada e ovo (batata, brócolos, couve flor e curgete) com salada de alface
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural com fruta

Q U A R T A	Creme:	Curgete com galinha
	Prato:	Jardineira simples de frango (macedónia) com salada de alface
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa láctea

Q U I N T A	Creme:	Cenoura com solha
	Prato:	Peixe grelhado com batata e feijão verde cozidos
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural com fruta

S E X T A	Creme:	Brócolos com vitela
	Prato:	Perna de peru estufada simples com massa espiral tricolor e brócolos cozidos
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa láctea

EMENTA BERÇÁRIO



31.Julho.2023 A 04.Agosto.2023

S E G U N D A	Creme:	Alface com tamboril
	Prato:	Filetes de pescada de cebolada simples com arroz de cenoura e feijão verde
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa láctea

T E R Ç A	Creme:	Couve penca com peru
	Prato:	Carne à bolonhesa simples com massa e salada de alface
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural com fruta

Q U A R T A	Creme:	Abóbora com pescada
	Prato:	Bacalhau espiritual com salada de alface e cenoura
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa láctea

Q U I N T A	Creme:	Feijão verde com borrego
	Prato:	Bife de peru grelhado com arroz de ervilhas e salada de alface
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural com fruta

S E X T A	Creme:	Couve branca com dourada
	Prato:	Peixe grelhado com batata e salada de alface e tomate
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa láctea

EMENTA BERÇÁRIO



07.Agosto.2023 A 11.Agosto.2023

S E G U N D A	Creme:	Nabiça com frango
	Prato:	Bife de peru grelhado com arroz de cenoura e salada de alface
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa láctea

T E R Ç A	Creme:	Couve flor com solha
	Prato:	Massada de peixe com salada de alface
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural com fruta

Q U A R T A	Creme:	Alho francês com coelho
	Prato:	Frango à alentejana simples com arroz de juliana e salada de alface
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa láctea

Q U I N T A	Creme:	Couve coração com tamboril
	Prato:	Peixe cozido com batata e cenoura cozidas
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural com fruta

S E X T A	Creme:	Curgete com galinha
	Prato:	Carne de vaca guisada simples com macarronete e salada de alface e tomate
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa láctea

EMENTA BERÇÁRIO



14.Agosto.2023 A 18.Agosto.2023

S E G U N D A	Creme:	Couve penca com coelho
	Prato:	Frango corado com arroz branco e salada de alface
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa láctea

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

Q U A R T A	Creme:	Brócolos com vitela
	Prato:	Arroz de aves simples com salada de alface
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa láctea

Q U I N T A	Creme:	Alface com dourada
	Prato:	Pescada cozida com salada russa
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural com fruta

S E X T A	Creme:	Couve coração com peru
	Prato:	Bife de frango grelhado com esparguete e salada de alface
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa láctea

EMENTA BERÇÁRIO



21.Agosto.2023 A 25.Agosto.2023

S E G U N D A	Creme:	Abóbora com solha
	Prato:	Arroz de peixe com salada de alface
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa láctea

T E R Ç A	Creme:	Feijão verde com borrego
	Prato:	Bifes de frango grelhado com massa e grelos salteados
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural com fruta

Q U A R T A	Creme:	Couve branca com tamboril
	Prato:	Meia desfeita de bacalhau com grão e cenoura
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa láctea

Q U I N T A	Creme:	Nabiça com frango
	Prato:	Bife de peru grelhado com arroz branco e salada de alface
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural com fruta

S E X T A	Creme:	Couve flor com pescada
	Prato:	Peixe e batatas assadas no forno com couve
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa láctea

EMENTA BERÇÁRIO



28.Agosto.2023 A 01.Setembro.2023

S E G U N D A	Creme:	Couve coração com coelho
	Prato:	Hambúrguer grelhado com arroz de juliana e salada de alface
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa láctea

T E R Ç A	Creme:	Alho francês com dourada
	Prato:	Salada de pescada e ovo (batata, brócolos, couve flor e curgete) com salada de alface
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural com fruta

Q U A R T A	Creme:	Curgete com galinha
	Prato:	Jardineira simples de frango (macedónia) com salada de alface
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa láctea

Q U I N T A	Creme:	Cenoura com solha
	Prato:	Peixe grelhado com batata e feijão verde cozidos
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural com fruta

S E X T A	Creme:	Brócolos com vitela
	Prato:	Perna de peru estufada simples com massa espiral tricolor e brócolos cozidos
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa láctea

EMENTA BERÇÁRIO



04.Setembro.2023 A 08.Setembro.2023

S E G U N D A	Creme:	Alface com tamboril
	Prato:	Filetes de pescada de cebolada simples com arroz de cenoura e feijão verde
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa láctea

T E R Ç A	Creme:	Couve penca com peru
	Prato:	Carne à bolonhesa simples com massa e salada de alface
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural com fruta

Q U A R T A	Creme:	Abóbora com pescada
	Prato:	Bacalhau espiritual com salada de alface e cenoura
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa láctea

Q U I N T A	Creme:	Feijão verde com borrego
	Prato:	Bife de peru grelhado com arroz de ervilhas e salada de alface
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural com fruta

S E X T A	Creme:	Couve branca com dourada
	Prato:	Peixe grelhado com batata e salada de alface e tomate
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa láctea

EMENTA BERÇÁRIO



11.Setembro.2023 A 15.Setembro.2023

S E G U N D A	Creme:	Nabiça com frango
	Prato:	Bife de peru grelhado com arroz de cenoura e salada de alface
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa láctea

T E R Ç A	Creme:	Couve flor com solha
	Prato:	Massada de peixe com salada de alface
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural com fruta

Q U A R T A	Creme:	Alho francês com coelho
	Prato:	Frango à alentejana simples com arroz de juliana e salada de alface
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa láctea

Q U I N T A	Creme:	Couve coração com tamboril
	Prato:	Peixe cozido com batata e cenoura cozidas
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural com fruta

S E X T A	Creme:	Curgete com galinha
	Prato:	Carne de vaca guisada simples com macarronete e salada de alface e tomate
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa láctea

EMENTA BERÇÁRIO



18.Setembro.2023 A 22.Setembro.2023

S E G U N D A	Creme:	Couve penca com coelho
	Prato:	Frango corado com arroz branco e salada de alface
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa láctea

T E R Ç A	Creme:	Cenoura e pescada
	Prato:	Peixe grelhado com batata cozida e salada de alface
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural com fruta

Q U A R T A	Creme:	Brócolos com vitela
	Prato:	Arroz de aves simples com salada de alface
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa láctea

Q U I N T A	Creme:	Alface com dourada
	Prato:	Pescada cozida com salada russa
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural com fruta

S E X T A	Creme:	Couve coração com peru
	Prato:	Bife de frango grelhado com esparguete e salada de alface
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa láctea

EMENTA BERÇÁRIO



25.Setembro.2023 A 29.Setembro.2023

S E G U N D A	Creme:	Abóbora com solha
	Prato:	Arroz de peixe com salada de alface
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa láctea

T E R Ç A	Creme:	Feijão verde com borrego
	Prato:	Bifes de frango grelhado com massa e grelos salteados
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural com fruta

Q U A R T A	Creme:	Couve branca com tamboril
	Prato:	Meia desfeita de bacalhau com grão e cenoura
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa láctea

Q U I N T A	Creme:	Nabiça com frango
	Prato:	Bife de peru grelhado com arroz branco e salada de alface
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural com fruta

S E X T A	Creme:	Couve flor com pescada
	Prato:	Peixe e batatas assadas no forno com couve
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa láctea

EMENTA BERÇÁRIO



02.Outubro.2023 A 06.Outubro.2023

S E G U N D A	Creme:	Couve coração com coelho
	Prato:	Hambúrguer grelhado com arroz de juliana e salada de alface
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa láctea

T E R Ç A	Creme:	Alho francês com dourada
	Prato:	Salada de pescada e ovo (batata, brócolos, couve flor e curgete) com salada de alface
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural com fruta

Q U A R T A	Creme:	Curgete com galinha
	Prato:	Jardineira simples de frango (macedónia) com salada de alface
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa láctea

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

S E X T A	Creme:	Brócolos com vitela
	Prato:	Perna de peru estufada simples com massa espiral tricolor e brócolos cozidos
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa láctea

EMENTA BERÇÁRIO



09.Outubro.2023 A 13.Outubro.2023

S E G U N D A	Creme:	Alface com tamboril
	Prato:	Filetes de pescada de cebolada simples com arroz de cenoura e feijão verde
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa láctea

T E R Ç A	Creme:	Couve penca com peru
	Prato:	Carne à bolonhesa simples com massa e salada de alface
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural com fruta

Q U A R T A	Creme:	Abóbora com pescada
	Prato:	Bacalhau espiritual com salada de alface e cenoura
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa láctea

Q U I N T A	Creme:	Feijão verde com borrego
	Prato:	Bife de peru grelhado com arroz de ervilhas e salada de alface
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural com fruta

S E X T A	Creme:	Couve branca com dourada
	Prato:	Peixe grelhado com batata e salada de alface e tomate
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa láctea

EMENTA BERÇÁRIO



16.Outubro.2023 A 20.Outubro.2023

S E G U N D A	Creme:	Nabiça com frango
	Prato:	Bife de peru grelhado com arroz de cenoura e salada de alface
	Sobremesa:	Maçã
	Lanche:	Papa láctea

T E R Ç A	Creme:	Couve flor com solha
	Prato:	Massada de peixe com salada de alface
	Sobremesa:	Pêra cozida
	Lanche:	logurte natural com fruta

Q U A R T A	Creme:	Alho francês com coelho
	Prato:	Frango à alentejana simples com arroz de juliana e salada de alface
	Sobremesa:	Banana ou maçã
	Lanche:	Papa láctea

Q U I N T A	Creme:	Couve coração com tamboril
	Prato:	Peixe cozido com batata e cenoura cozidas
	Sobremesa:	Pêra
	Lanche:	logurte natural com fruta

S E X T A	Creme:	Curgete com galinha
	Prato:	Carne de vaca guisada simples com macarronete e salada de alface e tomate
	Sobremesa:	Maçã assada
	Lanche:	Papa láctea