



# EMENTA - CRECHE

15 de novembro a 19 de novembro de 2021

		Segunda-feira 15/11/2021	Terça-feira 16/11/2021	Quarta-feira 17/11/2021	Quinta-feira 18/11/2021	Sexta-feira 19/11/2021
Reforço alimentar (manhã)		Fruta + Bolachas <sup>1;3;6;7;9</sup>				
Almoço	Sopa	Sopa de Nabixa	Creme de Abóbora	Sopa de Espinafres	Sopa de Grão de Bico	Creme de Alho Francês
	Dieta Geral	Red Fish <sup>4</sup> no forno em cebolada com batatas cozidas. Salada de alface e cenoura.	Rancho <sup>1;12</sup> ( <b>pouca gordura adicionada e remoção de toda a gordura da carne</b> ).	Carapau <sup>4</sup> cozido com arroz de tomate. Salada de alface e beterraba.	Coxas de peru estufadas ( <b>remoção da pele e estufado simples – sem gordura</b> ) com batata e feijão verde cozidos.	Seriolela <sup>4</sup> no forno ( <b>pouca gordura adicionada</b> ) com massa espiral <sup>1;3</sup> Salada de alface e pepino.
	Sobremesa	Tangerina	Gelatina	Banana	Abacaxi	Maçã
Lanche	Papa láctea de frutas <sup>1;6;7</sup>	<sup>7</sup> logurte, ½ pão de mistura com queijo <sup>1</sup>	Nestum <sup>6;7</sup>	Papa láctea de frutas <sup>1;6;7</sup>	logurte, fruta + Bolachas <sup>1;3;6;7;11</sup>	
Reforço alimentar (final do dia)		Tostas ou Bolachas <sup>1;3;6;7;9</sup>				

Nota | Ementa sujeita a alteração.

Nutricionista – Margarida Miranda 4853N

