DATA	29 DE MARÇO A 2 DE ABRIL DE 2021

BERÇÁRIO

DIA	REFEIÇÃO			ALERGÉNIOS	INFORMAÇÃO NUTRICIONAL E	P	L	G
SEGUNDA	ALMOÇO	SOPA						
		PRATO						
		SOBREMESA						
	LANCHE							
TERÇA	ALMOÇO	SOPA						
		PRATO						
		SOBREMESA						
	LANCHE							
QUARTA	ALMOÇO	SOPA						
		PRATO						
		SOBREMESA						
	LANCHE							
QUINTA	ALMOÇO	SOPA	Puré de cenoura e abóbora (+Pescada)					
		PRATO	Pescada desfiada com arroz					
		SOBREMESA	Puré de fruta da época	-				
	LANCHE	Leite ou Papa FIB (Fruta + Iogurte + Bolacha)						
SEXTA	ALMOÇO	SOPA						
		PRATO						
		SOBREMESA						
	LANCHE							

NOTA: O nível de diversificação alimentar e introdução de 2º Prato é personalizado para cada criança; As consistências alimentares e capitações alimentares são ajustadas às necessidades individuais.

ESTA EMENTA PODE ESTAR SUJEITA A ALTERAÇÕES.

EMENTA ELABORADA POR:

Céline Fernandes

NUTRICIONISTA | CP0735N

Amigos dos Pequeninos IPSS

DATA	5 A 9 DE ABRIL DE 2021

BERÇÁRIO

DIA	REFEIÇÃO			ALERGÉNIOS	INFORMAÇÃO NUTRICIONAL E	P	L	G
SEGUNDA	ALMOÇO	SOPA	Puré de alface (+Vitela)	-				
		PRATO	Vitela desfiada com massinhas					
		SOBREMESA	Puré de fruta da época	-				
	LANCHE	Leite ou Papa FIB (Fruta + Iogurte + Bolacha)						
TERÇA	ALMOÇO	SOPA	Puré de couve branca (+Raia)					
		PRATO	Raia desfiada com batata					
		SOBREMESA	Puré de fruta da época	-				
	LANCHE	Leite ou Papa						
QUARTA	ALMOÇO	SOPA	Puré de alho francês (+Peru)	-				
		PRATO	Peru desfiado com arroz	-				
		SOBREMESA	Puré de fruta da época	-				
	LANCHE	Leite ou Papa FIB (Fruta + Iogurte + Bolacha)						
QUINTA	ALMOÇO	SOPA	Puré de cenoura e brócolos (+Abrótea)					
		PRATO	Abrótea desfiada com massinhas					
		SOBREMESA	Puré de fruta da época	-				
	LANCHE	Leite ou Papa						
SEXTA	ALMOÇO	SOPA	Puré de legumes (+Frango)	-				
		PRATO	Frango desfiado com batata-doce	-				
		SOBREMESA	Puré de fruta da época	-				
	LANCHE	Leite ou Papa FIB (Fruta + Iogurte + Bolacha)						

NOTA: O nível de diversificação alimentar e introdução de 2º Prato é personalizado para cada criança; As consistências alimentares e capitações alimentares são ajustadas às necessidades individuais.

ESTA EMENTA PODE ESTAR SUJEITA A ALTERAÇÕES.

EMENTA ELABORADA POR:

Célia Fernandes

NUTRICIONISTA | CP0735N

Amigos dos Pequeninos IPSS

DATA	12 A 16 DE ABRIL 2021

BERÇÁRIO

DIA	REFEIÇÃO			ALERGÉNIOS	INFORMAÇÃO NUTRICIONAL E	P	L	G
SEGUNDA	ALMOÇO	SOPA	Puré de curgete (+Pescada)					
		PRATO	Pescada desfiada com arroz					
		SOBREMESA	Puré de fruta da época	-				
	LANCHE	Leite ou Papa						
TERÇA	ALMOÇO	SOPA	Puré de brócolos e couve-flor (+Peru)	-				
		PRATO	Peru desfiado com massinhas					
		SOBREMESA	Puré de fruta da época	-				
	LANCHE	Leite ou Papa FIB (Fruta + Iogurte + Bolacha)						
QUARTA	ALMOÇO	SOPA	Puré de cenoura e couve branca (+Maruca)					
		PRATO	Maruca desfiada com batata					
		SOBREMESA	Puré de fruta da época	-				
	LANCHE	Leite ou Papa						
QUINTA	ALMOÇO	SOPA	Puré de feijão-verde (+Frango)	-				
		PRATO	Frango desfiado com arroz	-				
		SOBREMESA	Puré de fruta da época	-				
	LANCHE	Leite ou Papa FIB (Fruta + Iogurte + Bolacha)						
SEXTA	ALMOÇO	SOPA	Puré de abóbora e alho francês (+Tamboril)					
		PRATO	Tamboril desfiado com massinhas					
		SOBREMESA	Puré de fruta da época	-				
	LANCHE	Leite ou Papa						

NOTA: O nível de diversificação alimentar e introdução de 2º Prato é personalizado para cada criança; As consistências alimentares e capitações alimentares são ajustadas às necessidades individuais.

ESTA EMENTA PODE ESTAR SUJEITA A ALTERAÇÕES.

EMENTA ELABORADA POR:

Céline Fernandes

NUTRICIONISTA | CP0735N

Amigos dos Pequeninos IPSS

DATA	19 A 23 DE ABRIL 2021

BERÇÁRIO

DIA	REFEIÇÃO			ALERGÉNIOS	INFORMAÇÃO NUTRICIONAL E	P	L	G
SEGUNDA	ALMOÇO	SOPA	Puré de alface e curgete (+Borrego)	-				
		PRATO	Borrego desfiado com batata	-				
		SOBREMESA	Puré de fruta da época	-				
	LANCHE	Leite ou Papa FIB (Fruta + Iogurte + Bolacha)						
TERÇA	ALMOÇO	SOPA	Puré de couve-flor (+Perca)					
		PRATO	Perca desfiada com arroz					
		SOBREMESA	Puré de fruta da época	-				
	LANCHE	Leite ou Papa						
QUARTA	ALMOÇO	SOPA	Puré de brócolos (+Peru)	-				
		PRATO	Peru desfiado com massinhas					
		SOBREMESA	Puré de fruta da época	-				
	LANCHE	Leite ou Papa FIB (Fruta + Iogurte + Bolacha)						
QUINTA	ALMOÇO	SOPA	Puré de cenoura e alho francês (+*Red-fish*)					
		PRATO	*Red-fish* desfiado com batata					
		SOBREMESA	Puré de fruta da época	-				
	LANCHE	Leite ou Papa						
SEXTA	ALMOÇO	SOPA	Puré de abóbora (+Frango)	-				
		PRATO	Frango desfiado com arroz	-				
		SOBREMESA	Puré de fruta da época	-				
	LANCHE	Leite ou Papa FIB (Fruta + Iogurte + Bolacha)						

NOTA: O nível de diversificação alimentar e introdução de 2º Prato é personalizado para cada criança; As consistências alimentares e capitações alimentares são ajustadas às necessidades individuais.

ESTA EMENTA PODE ESTAR SUJEITA A ALTERAÇÕES.

EMENTA ELABORADA POR:

Célia Fernandes

NUTRICIONISTA | CP0735N

Amigos dos Pequeninos IPSS

DATA	26 A 30 DE ABRIL DE 2021

BERÇÁRIO

DIA	REFEIÇÃO			ALERGÉNIOS	INFORMAÇÃO NUTRICIONAL E	P	L	G
SEGUNDA	ALMOÇO	SOPA	Puré de vegetais (+Abrótea)					
		PRATO	Abrótea desfiada com massinhas					
		SOBREMESA	Puré de fruta da época	-				
	LANCHE	Leite ou Papa						
TERÇA	ALMOÇO	SOPA	Puré de couve-flor e feijão-verde (+Vitela)	-				
		PRATO	Vitela desfiada com batata	-				
		SOBREMESA	Puré de fruta da época	-				
	LANCHE	Leite ou Papa FIB (Fruta + Iogurte + Bolacha)						
QUARTA	ALMOÇO	SOPA	Puré de brócolos e alho francês (+Pescada)					
		PRATO	Pescada desfiada com arroz					
		SOBREMESA	Puré de fruta da época	-				
	LANCHE	Leite ou Papa						
QUINTA	ALMOÇO	SOPA	Puré de curgete e abóbora (+Peru)	-				
		PRATO	Peru desfiado com massinhas					
		SOBREMESA	Puré de fruta da época	-				
	LANCHE	Leite ou Papa FIB (Fruta + Iogurte + Bolacha)						
SEXTA	ALMOÇO	SOPA	Puré de cenoura (+Maruca)					
		PRATO	Maruca desfiada com batata					
		SOBREMESA	Puré de fruta da época	-				
	LANCHE	Leite ou Papa						

NOTA: O nível de diversificação alimentar e introdução de 2º Prato é personalizado para cada criança; As consistências alimentares e capitações alimentares são ajustadas às necessidades individuais.

ESTA EMENTA PODE ESTAR SUJEITA A ALTERAÇÕES.

EMENTA ELABORADA POR:

Cilia Fernandes

NUTRICIONISTA | CP0735N

Amigos dos Pequeninos IPSS