



# Ementa

1, 2, 3 ...

Uma colher de cada vez.

18/01/21 a 22/01/21

	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Meio da manhã	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Sopa de espinafres  Lombinhos de salmão no forno c/ arroz de ervilhas  Pescada p/ bebés	Sopa de Couve roxa  Almôndegas de vitela c/ penne tricolor e cenoura ralada  Vitela p/ bebés	Sopa Feijão- verde  Maruca ao fricassé e batatas e brócolos cozidos  Maruca p/ bebés	Creme de Legumes  Arroz de Pato e salada  Pato p/ bebés	Sopa de Couve Lombarda  Gratinado de peixe c/ massinha e feijão-verde salteado  Pescada p/ bebés
Lanche 1 ano	Iogurte natural, fruta e pão c/ queijo	Papa	Iogurte natural c/ fruta e aveia	Leite e pão c/ fiambre	Iogurte natural, fruta e torradas ou bolachas de arroz
Lanche 2 anos	Iogurte de aroma/iogurte natural e pão c/ queijo	Batido de fruta e tosta de arroz c/ fiambre	Iogurte natural c/ aveia e fruta	Leite e pão c/fiambre	Iogurte de aromas/iogurte natural c/ torradas

**Nota:** A fruta fornecida será sempre da época e irá alternar entre maçã, pêra, banana, laranja, nectarinas, uvas, melão, meloa e melância