

# EMENTA SEMANAL

Semana de 8 a 12 Junho de 2026

## Sala 2 Anos e Pré-escolar

Segunda-feira	Sopa	Creme de legumes
	Prato	Gratinado de farfalle de salmão e legumes
	Hortícolas	Salada fresca de alface, cenoura ralada, beterraba, maçã verde e cebola
	Sobremesa	Fruta variada da época
Terça-Feira	Sopa	Sopa de espinafres
	Prato	Tiras de alcatra salteadas com cebola caramelizada (opcional) e arroz de ervilhas
	Hortícolas	Colorido de legumes salteados em juliana   Mix de alfaces, melão, tomate, pepino, milho (sem açúcar) e azeitonas
	Sobremesa	Fruta variada da época
Quarta-feira	Sopa	
	Prato	<b>BOM FERIADO!!</b>
	Hortícolas	
	Sobremesa	
Quinta-feira	Sopa	Creme de abóbora e ervilhas
	Prato	Bolonhesa de Atum com salpicos de salsa
	Hortícolas	Salada ibérica (alface roxa, alface verde, rúcula, pepino, manjerição fresco, azeite e limão)
	Sobremesa	Fruta variada da época
Sexta-feira	Sopa	Sopa de feijão-verde
	Prato	Almôndegas de aves com puré
	Hortícolas	Salada Tropical (abacaxi, mix de alfaces, cebola, pimento, tomate, rúcula, azeitona)
	Sobremesa	Fruta variada da época

Ementa elaborada pela Nutricionista do CN: Patrícia Silva Martins (CP 1151N)

