

CENTRO AMBIENTE PARA TODOS – CRECHE/ PRÉ-ESCOLAR

SEMANA DE 23/01/2023 A 27/01/2023



		Segunda-feira (23/01/2023)	Terça-feira (24/01/2023)	Quarta-feira (25/01/2023)	Quinta-feira (26/01/2023)	Sexta-feira (27/01/2023)
Reforço da manhã		Fruta + tostas ou bolachas ^{1,3,6,7,9}				
Almoço	Sopa	Sopa Alho Francês	Sopa de feijão com couve	Canja	Sopa de feijão verde	Creme de Cenoura com ervilha
	Pré-escolar (geral)	Pataniscas com feijão frade e batata cozida Salada de tomate.	Jardineira de frango.	Serirolela ⁴ no forno. Arroz branco. Salada de alface e cenoura.	Lasanha de porco Salada de alface e beterraba.	Carapau grelhado com batata e feijão verde cozido.
	Creche	Pescada cozida com batata cozida Salada de tomate	Igual ao geral	Igual ao geral	Igual ao geral	Igual ao geral
	Sobremesa	Banana	Kiwi	Maçã	Laranja	Pêra
Lanche Creche		Leite simples ⁷ + Pão de mistura com queijo ^{1,7}	Nestum ^{1,6,7}	Papa láctea de frutas ^{1,6,7}	Leite simples ⁷ Pão c/ manteiga ^{1,7}	logurte ⁷ , fruta + Bolachas ^{1,3,6,7,9}
Lanche Pré-escolar		Leite simples ⁷ Pão c/ queijo ^{1,7}	Cereais com leite ^{1,6,7,8}	Leite c/ cevada ⁷ Pão c/ fiambre ^{1,6,7,13}	Leite c/ chocolate ⁷ Pão c/ manteiga ^{1,7}	logurte ⁷ Tostas com doce ^{1,6,13}
Reforço de final de dia		Tostas ou bolachas ^{1,3,6,7,9}				

NOTA: EMENTA PODERÁ ESTAR SUJEITA A ALTERAÇÃO

Alergénios, que os géneros alimentícios contêm ou podem conter:

