

CENTRO AMBIENTE PARA TODOS – CRECHE/ PRÉ-ESCOLAR

SEMANA DE 01/12/2025 A 05/12/2025



		Segunda-feira (01/12/2025)	Terça-feira (02/12/2025)	Quarta-feira (03/12/2025)	Quinta-feira (04/12/2025)	Sexta-feira (05/12/2025)
Reforço da manhã		Fruta + tostas ou bolachas ^{1,3,6,7,9 w}				
Almoço	Sopa		Sopa de feijão e couve portuguesa	Sopa de alho francês	Sopa de legumes	Caldo Verde
	Pré-escolar (geral)	Dia 1 de Dezembro Dia da restauração da independência	Arroz á valenciana Salada de alface	Bacalhau à Gome Sá ^{4,7} Salada de tomate e alface	Frango assado e esparguete ^{1,3,12} Salada de alface e milho	Carapau assado com molho verde, batata e feijão verde cozido ⁴
	Creche		<i>Igual ao geral</i>	<i>Igual ao geral</i>	<i>Igual ao geral (Sem adição de gordura)</i>	<i>Igual ao geral</i>
	Sobremesa		Banana	Mousse de chocolate/ Maça	Pera	Clementina
Lanche Creche			logurte com maça Bolacha maria ^{1,3,6,7}	Papa láctea de fruta ^{1,3,6,7}	logurte com fruta passada	Papa láctea ^{1,3,6,7}
Lanche Pré-escolar			logurte ⁷ Pão de leite ^{1,3,7}	Leite c/ cevada, Pão c/ fiambre ^{1;6;7;13}	Leite simples ^{1,7} Pão c/ queijo ^{1,7}	Cereais com leite ^{1,3,6,7,8}
Reforço de final de dia						

NOTA: EMENTA PODERÁ ESTAR SUJEITA A ALTERAÇÃO

Alergénios, que os géneros alimentícios contêm ou podem conter:
DL nº 35/2016 de 2 de Junho, alterando o Regulamento (UE) nº 118/2011, de 28 de Janeiro | AARESP

