

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

NOTA: EMENTA PODERÁ ESTAR SUJEITA A ALTERAÇÃO

Alergénios, que os géneros alimentícios contêm ou podem conter:

