

# CENTRO AMBIENTE PARA TODOS – CRECHE/ PRÉ-ESCOLAR

SEMANA DE 08/12/2025 A 12/12/2025



		Segunda-feira (08/12/2025)	Terça-feira (09/12/2025)	Quarta-feira (10/12/2025)	Quinta-feira (11/12/2025)	Sexta-feira (12/12/2025)
<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 alho francês	Canja de galinha <sup>1</sup>	Sopa de feijão verde	Caldo verde
	<b>Pré-escolar (geral)</b>		Pataniscas de bacalhau com arroz de tomate <sup>1,3,4</sup> Salada, alface e cebola	Hambúrguer bovino grelhado Batata Frita Salada alface e cenoura	Atum com salada de feijão frade (ovo, pimento, tomate e cebola) <sup>4</sup>	Grelhada mista de carnes com arroz de feijão Salada alface e milho
	<b>Creche</b>	Dia 8 de Dezembro Dia Da Nossa Senhora Da Conceição	Filete de pescada ao limão no forno e arroz de tomate <sup>1,3,4</sup> Salada de alface cebola	Hambúrguer bovino grelhado Arroz branco Salada alface e cenoura	Atum ao natural, com salada de feijão frade Salada de tomate Igual ao geral	Igual ao geral
	<b>Sobremesa</b>		Clementina	Gelatina/Maça	Laranja	Pera
<b>Lanche Creche</b>			Papa láctea de fruta <sup>1,3,6,7</sup>	logurte com maçã Bolacha maria <sup>1,3,6,7</sup>	Papa láctea <sup>1,3,6,7</sup>	logurte com fruta passada
<b>Lanche Pré-escolar</b>			Cereais com leite <sup>1,3,6,7,8</sup>	Leite c/ cevada, Pão com queijo <sup>1,7</sup>	Leite simples Pão c/ chourição <sup>12;</sup>	logurte <sup>7</sup> Bolacha Maria
<b>Reforço de final de dia</b>						

NOTA: EMENTA PODERÁ ESTAR SUJEITA A ALTERAÇÃO

Alergénios, que os géneros alimentícios contêm ou podem conter:

