



CENTRO SOCIAL CANDAL – MARCO

EMENTAS DA CRECHE_SALA 0

A partir dos 4 meses

2ª Feira	Almoço: Sopa de legumes - primeiras sopas Lanche: Leite adaptado
3ª Feira	Almoço: Sopa de legumes - primeiras sopas Lanche: Leite adaptado
4ª Feira	Almoço: Sopa de legumes - primeiras sopas Lanche: Leite adaptado
5ª Feira	Almoço: Sopa de legumes - primeiras sopas Lanche: Leite adaptado
6ª Feira	Almoço: Sopa de legumes - primeiras sopas Lanche: Leite adaptado



CENTRO SOCIAL CANDAL – MARCO

EMENTAS DA CRECHE_SALA 0

A partir dos 5 meses

1ª Semana

2ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de pera Almoço: Puré de abóbora e alface Lanche: Leite adaptado ou puré de fruta
3ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de maçã Almoço: Puré de couve-flor Lanche: Leite adaptado ou puré de fruta
4ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de banana Almoço: Puré de alface Lanche: Leite adaptado ou puré de fruta
5ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de Pera Almoço: Puré de brócolos Lanche: Leite adaptado ou puré de fruta
6ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de Maçã Almoço: Puré de alho francês Lanche: Leite adaptado ou puré de fruta



CENTRO SOCIAL CANDAL – MARCO

EMENTAS DA CRECHE_SALA 0

A partir dos 5 meses

2ª Semana

2ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de maçã Almoço: Puré de abóbora e alface Lanche: Leite adaptado ou puré de fruta
3ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de banana Almoço: Puré de cenoura com couve-flor Lanche: Leite adaptado ou puré de fruta
4ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de maçã Almoço: Puré de couve branca Lanche: Leite adaptado ou puré de fruta
5ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de Pera Almoço: Puré de brócolos Lanche: Leite adaptado ou puré de fruta
6ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de Maçã Almoço: Puré de alho francês Lanche: Leite adaptado ou puré de fruta



CENTRO SOCIAL CANDAL – MARCO

EMENTAS DA CRECHE_SALA 0

Dos 6 aos 9 meses

1ª Semana

2ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de pera Almoço: Puré de abóbora e alface com frango Puré de maçã Lanche: Papa láctea
3ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de maçã Almoço: Puré de couve-flor com coelho Puré de pera Lanche: Puré de banana com aveia
4ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de banana Almoço: Puré de alface com peru Puré de maçã Lanche: Leite adaptado
5ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de maçã Almoço: Puré de brócolos com frango Puré de pera Lanche: Puré de maçã com aveia
6ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de pera Almoço: Puré de cenoura e alho francês com coelho Puré de banana Lanche: Papa láctea com maçã



CENTRO SOCIAL CANDAL – MARCO

EMENTAS DA CRECHE_SALA 0

Dos 6 aos 9 meses

2ª Semana

2ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de pera Almoço: Puré de abóbora e alface com peru Puré de maçã Lanche: Papa láctea
3ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de maçã Almoço: Puré de couve-flor com frango Puré de pera Lanche: Puré de maçã com aveia
4ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de banana Almoço: Puré de alface com coelho Puré de maçã Lanche: Leite adaptado
5ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de maçã Almoço: Puré de couve branca com peru Puré de pera Lanche: Puré de banana com aveia
6ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de pera Almoço: Puré de alho francês com frango Puré de banana Lanche: Papa láctea com pera



CENTRO SOCIAL CANDAL – MARCO

EMENTAS DA CRECHE_SALA 0

Dos 9 aos 12 meses

1ª Semana

2ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de pera Almoço: Puré de abóbora e alface Açorda de pescada Puré de maçã Lanche: Papa láctea
3ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de maçã Almoço: Puré de couve-flor Massa com frango Puré de pera Lanche: Puré de banana com aveia
4ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de banana Almoço: Puré de alface Arroz de pescada Puré de maçã Lanche: Puré de maçã com iogurte
5ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de maçã Almoço: Puré de brócolos Puré de Coelho Puré de pera Lanche: Puré de maçã com aveia
6ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de pera Almoço: Puré de alho francês Farinha de pau de pescada Puré de banana Lanche: Papa láctea com maçã



CENTRO SOCIAL CANDAL – MARCO

EMENTAS DA CRECHE_SALA 0

Dos 9 aos 12 meses

2ª Semana

2ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de pera Almoço: Puré de abóbora e alface Massada de peru Puré de maçã Lanche: Papa láctea
3ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de maçã Almoço: Puré de couve-flor Arroz de pescada Puré de pera Lanche: Puré de maçã com aveia
4ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de banana Almoço: Puré de alface Massada de coelho Puré de pera Lanche: Puré de maçã com iogurte
5ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de maçã Almoço: Puré de couve branca Açorda de pescada Puré de pera Lanche: Puré de banana com aveia
6ª Feira	Suplemento da manhã: Puré de pera Almoço: Puré de alho francês Farinha de pau de frango Puré de banana Lanche: Papa láctea com pera