



# CENTRO SOCIAL CANDAL – MARCO

## EMENTAS DA CRECHE\_SALA 0

### A partir dos 4 meses

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



# CENTRO SOCIAL CANDAL – MARCO

## EMENTAS DA CRECHE\_SALA 0

### A partir dos 5 meses

#### 1ª Semana

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



# CENTRO SOCIAL CANDAL – MARCO

## EMENTAS DA CRECHE\_SALA 0

### A partir dos 5 meses

#### 2ª Semana

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



# CENTRO SOCIAL CANDAL – MARCO

## EMENTAS DA CRECHE\_SALA 0

### Dos 6 aos 9 meses

#### 1ª Semana

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



# CENTRO SOCIAL CANDAL – MARCO

## EMENTAS DA CRECHE\_SALA 0

### Dos 6 aos 9 meses

#### 2ª Semana

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



# CENTRO SOCIAL CANDAL – MARCO

## EMENTAS DA CRECHE\_SALA 0

### Dos 9 aos 12 meses

#### 1ª Semana

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



# CENTRO SOCIAL CANDAL – MARCO

## EMENTAS DA CRECHE\_SALA 0

### Dos 9 aos 12 meses

#### 2ª Semana

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