

| Dia | Resposta Social | Reforço alimentar (manhã) | Almoço | | Lanche | Reforço alimentar (tarde) |
|----------|-----------------|---|--|--|---|--|
| | | | Dieta geral | Dieta ligeira | | |
| 2ª feira | Berçário 0-12M | <u>Papa de fruta¹</u> ou leite simples ⁹ | Sopa ² de carne (frango) ³ ou peixe (pescada) ^{4 d} Maçã (cozida ou bem madura) ¹ | | <u>Papa⁶</u> , leite simples com bolachas/pão, ou leite simples ^{5 a 9} | <u>Batido^{1 5 7}</u> ou leite simples ^{a 9} |
| | Creche 12-24M | | | | | |
| | Creche 24-36M | | Sopa de feijão verde Tirinhas de fêvera de porco grelhadas, migas de feijão frade, broa e couve penca, e batata cozida ^a Maçã | Sopa de feijão verde Fêvera de porco (sem gorduras visíveis) grelhada, batata e couve penca cozidas Maçã | | |
| 3ª feira | Berçário 0-12M | <u>Papa de fruta¹</u> ou leite simples ⁹ | Sopa ² de carne (vitela) ³ ou peixe (abrotea) ^{4 d} Pera (cozida ou bem madura) ou maçã ¹ | | <u>Batido</u> (fruta, iogurte natural e bolachas) ^{1 5 7} , papa, ou leite simples ^{a 9} | <u>Papa⁶</u> ou leite simples ^{a 9} |
| | Creche 12-24M | | | | | |
| | Creche 24-36M | | Creme de nabijas Empadão (de arroz) de atum (bem escorrido e, de preferência, ao natural, refogado em tomatada) gratinado no forno com queijo ralado e cenoura raspada ^{a d 9} Banana | Creme de nabijas Arroz de pescada ao natural e cenoura raspada ^d Banana | | |
| 4ª feira | Berçário 0-12M | <u>Papa de fruta¹</u> ou leite simples ⁹ | Sopa ² de carne (peru) ³ ou gema de ovo ^{a c} Banana (ralada ou bem madura) ¹ ou maçã | | <u>Papa⁶</u> , leite simples com bolachas/pão, ou leite simples ^{5 a 9} | <u>Batido^{1 5 7}</u> ou leite simples ^{a 9} |
| | Creche 12-24M | | | | | |
| | Creche 24-36M | | Sopa de repolho Massa (de cotovelos) de carnes (carne de vaca e de porco, chouriço de carnes, couve flor e cenoura) ^a Laranja, tangerina | Sopa de repolho Massa (de cotovelos) de carne de vaca (sem gorduras visíveis) com couve flor e cenoura ao natural ^a Laranja, tangerina | | |
| 5ª feira | Berçário 0-12M | <u>Papa de fruta¹</u> ou leite simples ⁹ | Sopa ² de carne (borrego) ³ ou peixe (maruca) ^{4 d} Maçã (cozida ou bem madura) ¹ ou laranja, tangerina | | <u>Batido</u> (fruta, iogurte natural e bolachas) ^{1 5 7} , papa, ou leite simples ^{a 9} | <u>Papa⁶</u> ou leite simples ^{a 9} |
| | Creche 12-24M | | | | | |
| | Creche 24-36M | | Sopa <i>minestrone</i> ^a (com massinhas) Peixe vermelho assado no forno, batata corada e salada de tomate ^d Kiwi | Sopa <i>minestrone</i> ^a (com massinhas) Peixe vermelho assado no forno ao natural, batata cozida e salada de tomate ^d Kiwi | | |
| 6ª feira | Berçário 0-12M | <u>Papa de fruta¹</u> ou leite simples ⁹ | Sopa ² de carne (coelho) ³ ou peixe (robalo) ^{4 d} Pera (cozida ou bem madura) ¹ ou maçã | | <u>Papa⁶</u> , leite simples com bolachas/pão, ou leite simples ^{5 a 9} | <u>Batido^{1 5 7}</u> ou leite simples ^{a 9} |
| | Creche 12-24M | | | | | |
| | Creche 24-36M | | Creme de grelos Coelho estufado, arroz de cenoura e salada de alface Pera | Creme de grelos Coelho (sem gorduras visíveis) estufado ao natural, arroz de cenoura e salada de alface Pera | | |

Faça da água a sua bebida de eleição! Bom apetite!
Ementa sujeita a alterações!