

EMENTA BERÇÁRIO		
Semana 1		
2ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de brócolos
		Sopa de brócolos com peru
	Sobremesa	Fruta cozida (pera ou maçã)
	Lanche	Papa láctea sem glúten (7)
		Papa láctea (1,7)
3ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de agrião
		Sopa de agrião com abrótea (4) ou frango
	Sobremesa	Fruta cozida (pera ou maçã)
	Lanche	logurte natural (7)
		logurte natural com aveia e fruta (7)
4ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de alface
		Sopa de alface com vitela
		Banana esmagada
	Lanche	Papa láctea sem glúten (7)
		Papa láctea (1,7)
5ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de nabiças
		Sopa de nabiças com pescada (4) ou coelho
	Sobremesa	Fruta cozida (pera ou maçã)
	Lanche	logurte natural (7)
		logurte natural com aveia e fruta (7)
6ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de cenoura
		Sopa de cenoura com frango
	Sobremesa	Fruta cozida (pera ou maçã)
	Lanche	Papa láctea sem glúten (7)
		Papa láctea (1,7)

NOTAS:

- A ementa do berçário pode ser alterada conforme a introdução dos alimentos na dieta do bebé.
- A introdução de novos alimentos deverá sempre ser feita pelos pais, dando posteriormente indicação à sala.
- As ementas poderão ser alteradas por motivos imprevistos

Base da sopa: batata, cenoura / abóbora, cebola e azeite
O peixe pode variar entre pescada, linguado e abrótea

ALERGÉNIOS: 1.Glúten 2.Crustáceos 3.Ovos 4.Peixes 5.Amendins 6.Soja 7.Leite 8.Frutos de casca rija 9.Aipo 10.Mustarda 11.Sementes de Sésamo 12.Dióxido de enxofre/Sulfitos 13.Tremoços 14.Moluscos

EMENTA BERÇÁRIO		
Semana 2		
2ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de feijão-verde
		Sopa de feijão-verde com pescada (4) ou peru
	Sobremesa	Fruta cozida (pera ou maçã)
	Lanche	Papa láctea sem glúten (7)
		Papa láctea (1,7)
3ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de alho-francês
		Sopa de alho-francês com frango
	Sobremesa	Fruta cozida (pera ou maçã)
	Lanche	logurte natural (7)
		logurte natural com aveia e fruta (7)
4ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de couve-flor
		Sopa de couve-flor com perca (4) ou borrego
		Banana esmagada
	Lanche	Papa láctea sem glúten (7)
		Papa láctea (1,7)
5ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de agrião
		Sopa de agrião com vitela
	Sobremesa	Fruta cozida (pera ou maçã)
	Lanche	logurte natural (7)
		logurte natural com aveia e fruta (7)
6ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de abóbora
		Sopa de abóbora com abrótea (7) ou peru
	Sobremesa	Fruta cozida (pera ou maçã)
	Lanche	Papa láctea sem glúten (7)
		Papa láctea (1,7)

NOTAS:

- A ementa do berçário pode ser alterada conforme a introdução dos alimentos na dieta do bebê.
- A introdução de novos alimentos deverá sempre ser feita pelos pais, dando posteriormente indicação à sala.
- As ementas poderão ser alteradas por motivos imprevistos

Base da sopa: batata, cenoura / abóbora, cebola e azeite
O peixe pode variar entre pescada, linguado e abrótea

ALERGÉNIOS: 1.Glúten 2.Crustáceos 3.Ovos 4.Peixes 5.Amendins 6.Soja 7.Leite 8.Frutos de casca rija 9.Aipo 10.Mustarda 11.Sementes de Sésamo 12.Dióxido de enxofre/Sulfitos 13.Tremoços 14.Moluscos

EMENTA BERÇÁRIO		
Semana 3		
2ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de nabiças
		Sopa de nabiças com coelho
	Sobremesa	Fruta cozida (pera ou maçã)
	Lanche	Papa láctea sem glúten (7)
		Papa láctea (1,7)
3ª Feira	CARNAVAL	
4ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de agrião
		Sopa de agrião com frango
		Banana esmagada
	Lanche	Papa láctea sem glúten (7)
		Papa láctea (1,7)
5ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de alface
		Sopa de alface com abrótea (4) ou peru
	Sobremesa	Fruta cozida (pera ou maçã)
	Lanche	logurte natural (7)
		logurte natural com aveia e fruta (7)
6ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de cenoura
		Sopa de cenoura com vitela
	Sobremesa	Fruta cozida (pera ou maçã)
	Lanche	Papa láctea sem glúten (7)
		Papa láctea (1,7)

NOTAS:

- A ementa do berçário pode ser alterada conforme a introdução dos alimentos na dieta do bebé.
- A introdução de novos alimentos deverá sempre ser feita pelos pais, dando posteriormente indicação à sala.
- As ementas poderão ser alteradas por motivos imprevistos

Base da sopa: batata, cenoura / abóbora, cebola e azeite
O peixe pode variar entre pescada, linguado e abrótea

ALERGÉNIOS: 1.Glúten 2.Crustáceos 3.Ovos 4.Peixes 5.Amendins 6.Soja 7.Leite 8.Frutos de casca rija 9.Aipo 10.Mustarda 11.Sementes de Sésamo 12.Dióxido de enxofre/Sulfitos 13.Tremoços 14.Moluscos

EMENTA BERÇÁRIO		
Semana 4		
2ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de macedónia
		Sopa de macedónia com solha (4) ou peru
	Sobremesa	Fruta cozida (pera ou maçã)
	Lanche	Papa láctea sem glúten (7)
		Papa láctea (1,7)
3ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de cenoura
		Sopa de cenoura com frango
	Sobremesa	Fruta cozida (pera ou maçã)
	Lanche	logurte natural (7)
		logurte natural com aveia e fruta (7)
4ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de alho-francês
		Sopa de alho-francês com pescada (4) ou borrego
		Banana esmagada
	Lanche	Papa láctea sem glúten (7)
		Papa láctea (1,7)
5ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de couve
		Sopa de couve com vitela
	Sobremesa	Fruta cozida (pera ou maçã)
	Lanche	logurte natural (7)
		logurte natural com aveia e fruta (7)
6ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de brócolos
		Sopa de brócolos com perca (4) ou frango
	Sobremesa	Fruta cozida (pera ou maçã)
	Lanche	Papa láctea sem glúten (7)
		Papa láctea (1,7)

NOTAS:

- A ementa do berçário pode ser alterada conforme a introdução dos alimentos na dieta do bebé.
- A introdução de novos alimentos deverá sempre ser feita pelos pais, dando posteriormente indicação à sala.
- As ementas poderão ser alteradas por motivos imprevistos

Base da sopa: batata, cenoura / abóbora, cebola e azeite
O peixe pode variar entre pescada, linguado e abrótea

ALERGÉNIOS: 1.Glúten 2.Crustáceos 3.Ovos 4.Peixes 5.Amendins 6.Soja 7.Leite 8.Frutos de casca rija 9.Aipo 10.Mustarda 11.Sementes de Sésamo 12.Dióxido de enxofre/Sulfitos 13.Tremoços 14.Moluscos

EMENTA BERÇÁRIO		
Semana 5		
2ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de feijão-verde
		Sopa de feijão-verde com frango
	Sobremesa	Fruta cozida (pera ou maçã)
	Lanche	Papa láctea sem glúten (7)
		Papa láctea (1,7)
3ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de agrião
		Sopa de agrião com pescada (4) ou peru
	Sobremesa	Fruta cozida (pera ou maçã)
	Lanche	logurte natural (7)
		logurte natural com aveia e fruta (7)
4ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de nabijas
		Sopa de nabijas com vitela
		Banana esmagada
	Lanche	Papa láctea sem glúten (7)
		Papa láctea (1,7)
5ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de cenoura
		Sopa de cenoura com peru
	Sobremesa	Fruta cozida (pera ou maçã)
	Lanche	logurte natural (7)
		logurte natural com aveia e fruta (7)
6ª Feira	Sopa	Sopa base
		Sopa de brócolos e couve-flor
		Sopa de brócolos e couve-flor com abrótea (4) ou coelho
	Sobremesa	Fruta cozida (pera ou maçã)
	Lanche	Papa láctea sem glúten (7)
		Papa láctea (1,7)

NOTAS:

- A ementa do berçário pode ser alterada conforme a introdução dos alimentos na dieta do bebê.
- A introdução de novos alimentos deverá sempre ser feita pelos pais, dando posteriormente indicação à sala.
- As ementas poderão ser alteradas por motivos imprevistos

Base da sopa: batata, cenoura / abóbora, cebola e azeite
O peixe pode variar entre pescada, linguado e abrótea

ALERGÉNIOS: 1.Glúten 2.Crustáceos 3.Ovos 4.Peixes 5.Amendins 6.Soja 7.Leite 8.Frutos de casca rija 9.Aipo 10.Mustarda 11.Sementes de Sésamo 12.Dióxido de enxofre/Sulfitos 13.Tremoços 14.Moluscos