Menu Semanal - Berçário e 1 ano
5 a 09 de Novembro

2ª feira	11h15	Sopa de introdução	Sopa de cenoura com couve coração
		Farinha de pau de vitela	Ovos mexidos com arroz de cenoura e salada de tomate e agrião
		Creme de pera	Fruta da época
	15h	Papa láctea	Pão com queijo e banana
	17h30	Iogurte	Meio pão com creme vegetal e iogurte
3ª feira	11h15	Sopa de introdução	Sopa de couve lombarda com feijão branco
		Pescada cozida com salada de batata e cenoura	Pescada estufada ao natural com salada de batata, cenoura e ervilha
		Creme de maçã	Fruta da época
	15h	Papa láctea/Papa de Iogurte natural com fruta e bolacha	Pão com creme vegetal e leite simples (cevada – opcional)
	17h30	Fruta cozida	Meio pão e iogurte sólido de aromas
4ª feira	11h15	Sopa de introdução	Creme de alface e cenoura
		Massa de frango com couve-flor ao natural	Bolonhesa de frango e massa de lacinhos com cenoura raspada
		Banana	Fruta da época
	15h	Papa láctea	Cereais (milho, aveia e cevada) com iogurte sólido de aromas
	17h30	Iogurte	Meio pão com banana
5ª feira	11h15	Sopa de introdução	Sopa de espinafres
		Açorda de peixe (maruca)	Salmão grelhado com puré de batata e cenoura e salada de tomate e pepino
		Creme de maçã	Fruta da época
	15h	Papa láctea/Papa de Iogurte natural com fruta e bolacha	Pão com compota e leite simples (cevada – opcional)
	17h30	Fruta cozida	Meio pão e fruta (maçã)
6ª feira	11h15	Sopa de introdução	Sopa de repolho
		Farinha de pau de peru com cenoura ao natural	Peru assado no forno com batata assada e salada de alface cenoura raspada
		Banana	Fruta da época
	15h	Papa láctea	Castanhas assadas com sumo de fruta 100%
	17h30	Iogurte	Meio pão e iogurte sólido de aromas

Alergénios: Informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante.

São sempre consideradas as introduções alimentares individuais, sendo que a ementa apresentada é flexível e alterada de acordo com o desenvolvimento e necessidades da criança.