



28 E 29 DEZEMBRO | BERÇÁRIO

2025/2026

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none">• CREME DE LEGUMES C/ COELHO E/OU FARINHA DE PAU COM COELHO• PERA COZIDA	<ul style="list-style-type: none">• CREME DE LEGUMES C/ PERCA⁴ E/OU AÇORDA DE PERCA^{1,4}• BANANA RALADA COM LARANJA			
LANCHE DA MANHÃ	<ul style="list-style-type: none">• IOGURTE NATURAL⁷	<ul style="list-style-type: none">• PERA E CENOURA LAMINADAS		FELIZ 2026	
LANCHE DA TARDE	<ul style="list-style-type: none">• PAPA DE AVEIA COM FRUTA^{1,6}	<ul style="list-style-type: none">• PURÉ DE BATATA DOCE COM IOGURTE NATURAL⁷			

NOTAS

A EMENTA PODERÁ SER ALTERADA POR MOTIVOS IMPREVISTOS.

BASE DA PRIMEIRA SOPA: batata/batata-doce, cenoura/abóbora, cebola e azeite em cru.

- A diversificação alimentar deve efetuar-se de forma gradual para respeitar a maturação do organismo da criança.
- A introdução de cada novo alimento deve ser verificada para despistar possíveis alergias. Deve durar cerca de 3 dias.
- A introdução de novos alimentos deverá sempre ser feita em casa, dando posteriormente indicação à Educadora.
- A ementa do berçário pode ser alterada conforme a introdução dos alimentos na dieta alimentar dos bebés.
- Os pais devem trazer as farinhas lácteas e/ou o leite de transição e iogurtes (exceto iogurte natural ou de aromas).

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:

1. Glúten; 2. Crustáceos/Marisco; 3. Ovos; 4. Peixe e produtos à base de peixe; 5. Amendoin; 6. Soja; 7. Leite/Lactose; 8. Frutos de Casca Rija; 9. Aipo; 10. Mostarda; 11. Sementes de sésamo; 12. Dióxido de Enxofre e Sulfitos; 13. Tremoços; 14. Moluscos
(Decreto-Lei n.º 26/2016 de 9 de junho e Anexo II do Regulamento (UE) n.º 1169/2011 de 25 de outubro)



Feliz 2026! Que o novo ano traga aprendizagem, saúde e muitos sorrisos a todos.

Ementa elaborada pela nutricionista Sandra Peixoto (C.P.0934N)