



SANTA CASA DA

**MISERICÓRDIA  
DE OEIRAS**

Ementa de Inverno 2025/26

Bebés aos 2 Anos - 6ª semana



2ª feira	SOPA	<i>Bébés - Creme de legumes c/ Peru / 1 ano - Creme de legumes</i>
	PRATO	Estufadinho de peru c/massa e legumes
	SOBREM	<i>Bébés - Fruta cozida / 1 ano - Fruta da época</i>
	LANCHE	Bébés - Papas/1 ano - Leite branco e pão c/doce caseiro ou c/manteiga em alternativa
	Dietas	
	PRATO	Peru c/massa e legumes
LANCHE	logurte natural ou chá e torrada c/doce ou manteiga	

3ª feira	SOPA	<i>Bébés - Creme de legumes c/ corvina / 1 ano - Creme de legumes</i>
	PRATO	Pescada cozida c/batata, feijão verde e cenoura
	SOBREM	<i>Bébés - Fruta cozida / 1 ano - Fruta da época</i>
	LANCHE	Bébés - Papas / 1 ano - logurte e pão c/fiambre de aves ou c/manteiga em alternativa
	Dietas	
	PRATO	Pescada c/ batata e legumes
LANCHE	logurte natural ou chá e torrada c/doce ou manteiga	

4ª feira	SOPA	<i>Bébés - Creme de legumes c/ frango / 1 ano - Creme de legumes</i>
	PRATO	Frango com arroz e cenoura ralada
	SOBREM	<i>Bébés - Fruta cozida / 1 ano - Fruta da época</i>
	LANCHE	Bébés - Papas / 1 ano - Leite branco, pão c/queijo ou c/manteiga em alternativa
	Dietas	
	PRATO	Frango c/arroz e legumes
LANCHE	logurte natural ou chá e torrada c/doce ou manteiga	

5ª feira	SOPA	<i>Bébés - Creme de legumes c/ pescada / 1 ano - Creme de legumes</i>
	PRATO	Salmão c/ massa, molho de tomate caseiro e couve flor
	SOBREM	<i>Bébés - Fruta cozida / 1 ano - Fruta da época</i>
	LANCHE	logurte e pão c/chouriço ou c/manteiga em alternativa
	Dietas	
	PRATO	Salmão c/massa e couve flor
LANCHE	logurte natural ou chá e torrada c/doce ou manteiga	

6ª feira	SOPA	<i>Bébés - Creme de legumes c/ novilho / 1 ano - Creme de legumes</i>
	PRATO	Carne picada de novilho c/arroz e legumes
	SOBREM	<i>Bébés - Fruta cozida / 1 ano - Salada de fruta</i>
	LANCHE	Bébés -Papas/1 ano -Leite c/cereais ou leite branco e pão c/manteiga em alternativa
	Dietas	
	PRATO	Hambúrguer c/arroz e legumes
LANCHE	logurte natural ou chá e torrada c/doce ou manteiga	