

CENTRO AMBIENTE PARA TODOS – CRECHE/ PRÉ-ESCOLAR/CATL



SEMANA DE 13/04/2026 A 17/04/2026

		Segunda-feira (13/04/26)	Terça-feira (14/04/26)	Quarta-feira (15/04/26)	Quinta-feira (16/04/26)	Sexta-feira (17/04/26)
Reforço da manhã		Fruta + tostas ou bolachas ^{1,3,6,7,9}				
Almoço	Sopa	Sopa de alho francês	Sopa de espinafre com lentilhas	Canja de galinha ¹	Sopa de feijão verde	Caldo verde
	Pré-escolar/CATL	Hambúrguer bovino e salsicha grelhada Batata Frita Salada alface, cenoura	Pataniscas de bacalhau com arroz de tomate ^{1,3,4} Salada de alface e pepino	Perú assado no forno e massa espiral cozida. ^{1,3} Salada de alface e couve roxa	Atum com batatas, feijão frade e ovo Salada de tomate	Grelhada mista de carnes de porco com arroz de feijão Salada alface e milho
	Creche	Hambúrguer bovino grelhado Arroz branco Salada alface, cenoura	Filete de pescada ao limão no forno e arroz de tomate ^{1,3,4} Salada de alface e pepino	Igual ao geral <i>(sem adição de gordura)</i>	Atum ao natural, batata, feijão frade e ovo cozido. Salada de tomate	Igual ao geral
	Sobremesa	Banana	Clementina	Gelatina/Maça	Laranja	Pera
Lanche	Creche < 24m	Papa láctea ^{1;6;7}	logurte com bolachas e fruta	Papa láctea ^{1;6;7}	Papa de láctea de fruta ^{1;6;7}	logurte com bolachas e fruta
	Creche > 24m	Cereais com leite ^{1;3;6;7;8}	logurte com bolachas e fruta	Papa láctea ^{1;6;7}	Leite c/ simples ^{1;7} Pão com manteiga	logurte com bolachas e fruta
	Pré-escolar	Leite c/ cevada ^{1;7} Pão c/ fiambre ^{1;6;7;13}	Cereais com leite ^{1;3;6;7;8}	Leite c/ achocolatado ⁷ Pão c/ manteiga ^{12;}	Leite simples ⁷ Pão c/ queijo ^{1;7}	logurte ⁷ Tostas com doce ¹
Reforço de final de dia		Tostas ou bolachas ^{1,3,6,7,9}				

NOTA: EMENTA PODERÁ ESTAR SUJEITA A ALTERAÇÃO

Alergénios, que os géneros alimentícios contêm ou podem conter:

DL n.º 25/2018 de 9 de Junho, alterante o Regulamento n.º 118/2011, de 26 de outubro | AHR/ESP

