

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



SEMANA DE 29/06/2026 A 03/07/2026

		Segunda-feira (29/06/26)	Terça-feira (30/06/26)	Quarta-feira (01/07/26)	Quinta-feira (02/07/26)	Sexta-feira (03/07/26)
Reforço da manhã		Fruta + tostas ou bolachas ^{1,3,6,7,9}				
Almoço	Sopa	Creme de couve-flor e abóbora (<i>diabéticos</i>)	Sopa de alho francês	Caldo Verde	Sopa de legumes	Sopa de feijão e couve portuguesa
	Pré-escolar/CATL	Rissóis de peixe com batata e grão de bico cozidos ^{3,4,12} Salada de tomate	Lombo de porco estufado, arroz de feijão Couve com broa salteada	Bacalhau à Gome Sá ^{4,7} Salada de tomate e alface	Perú assado no forno e massa espiral cozida. ^{1,3} Salada de alface, cenoura	Carapau assado com batata e feijão verde cozido ⁴
	Creche	Rissóis no forno com batata e grão de bico cozidos ^{3,4,12} Salada de tomate	Igual ao geral (Estufado simples sem adição de gordura)	Igual ao geral Sem adição de gordura	Igual ao geral (Assado sem adição de gordura)	Igual ao geral
	Saídas Pic-Nic				Panados de porco c/ pão e alface Batata frita/ Sumo/Banana Leite achocolatado / branco Pão c/ chourição	
	Sobremesa	Laranja	Melancia	Gelatina/ Maça	Banana	Melão
Lanche	Creche < 24m	Papa láctea ^{1;6;7}	logurte com bolachas e fruta	Papa láctea de fruta	Papa láctea ^{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 de fruta	Leite c/ simples ^{1;7} Pão c/ manteiga ^{1;7;}	logurte com bolachas e fruta
	Pré-escolar	Leite c/ cevada ⁷ Pão c/ marmelada ^{1;6;7;13}	logurte ^{1;3;7} Pão de leite c/ queijo ^{1;3;8;}	Leite c/ achocolatado ⁷ Pão c/ fiambre ^{1;6;7;13}	Leite c/ simples ^{1;7} Pão c/ manteiga ^{1;7;}	Cereais com leite ^{1;3;6;7;8}
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 | AHPRESF

