

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



SEMANA DE 13/07/2026 A 17/07/2026

		Segunda-feira (13/07/26)	Terça-feira (14/07/26)	Quarta-feira (15/07/26)	Quinta-feira (16/07/26)	Sexta-feira (17/07/26)
Reforço da manhã		Fruta + tostas ou bolachas ^{1,3,6,7,9}				
Almoço	Sopa	Sopa de alho francês	Sopa de legumes	Caldo verde	Sopa de feijão e couve	Creme de Abóbora e Couve flor
	Pré-escolar/CATL	Atum, com salada russa (ovo, feijão verde cenoura, batata) ⁴	Esparguete à bolonhesa Salada alface, beterraba	Pescada no tacho de cebolada, batata e feijão verde cozido ⁴	Rancho ^{8,12}	Solha no forno e arroz tomate ^{1,4} Salada alface e milho
	Creche	Atum ao natural, com salada russa (ovo, feijão verde, cenoura, batata) ^{3,4}	Igual ao pré <i>(sem adição de gordura,)</i>	Pescada, batata e feijão verde cozido ⁴ <i>(sem adição de gordura)</i>	Igual ao pré <i>(sem adição de gordura)</i>	Igual ao pré <i>(sem adição de gordura)</i>
	Saídas Pic-Nic				Passeio: Almoço: Panados de frango no pão com alface. Batata frita Lanche: Leite achocolatado/ branco Pão c/ chourição	
	Sobremesa	Banana	Melancia	Gelatina/Pera	Maça	Laranja
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/ chourição ^{1,6,7,13}	logurte ⁷ Pão de leite ^{1,3,7}	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 25/2015 de 9 de junho, alterante o Regulamento n.º 1169/2011, de 25 de outubro | AHPRES

