

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

SEMANA DE 31/09/2026 A 04/09/2026



		Segunda-feira (31/08/2026)	Terça-feira (01/09/2026)	Quarta-feira (02/09/2026)	Quinta-feira (03/09/2026)	Sexta-feira (04/09/2026)
Reforço da manhã		Fruta + tostas ou bolachas ^{1,3,6,7,9}				
Almoço	Sopa		Sopa de alho francês	Sopa de espinafres	Creme de cenoura com couve flor	Canja ¹
	Pré-escolar CATL (geral)		Batata, grão de bico e ovo cozidos com palóco ^{3,4,6,12~} Salada de tomate e pepino	Carne de porco á alentejana ^{12,14} Salada de alface e milho	Carapau grelhado com batata e feijão verde cozido ⁴	Lasanha de frango ^{1,3,7} Salada tomate e pepino
	Creche		Palóco, batata e ovo cozido ^{3,4} Salada tomate e pepino	Bifana de porco grelhada com batata cozida Salada alface e milho	Igual ao geral	Igual ao geral <i>(simples sem adição de gordura)</i>
	Sobremesa		Banana	Gelatina/ Maça	Melão	Laranja
Lanche Creche			Iogurte natural com banana Bolacha maria ^{1,3,6,7}	Papa láctea de fruta ^{1,3,6,7}	Papa de iogurte natural com fruta passada	Papa láctea ^{1,3,6,7}
Lanche Pré-escolar			Cereais com leite ^{1,3,6,7,8}	Leite c/ cevada ^{1,7} Pão c/ queijo de barrar ^{1,6,7,13}	Leite c/ achocolatado ^{1,7} Pão c/ queijo. ⁷	Iogurte ⁷ Boalchas ^{1,3,6,7}
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:

