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



SEMANA DE 16/11/2026 A 20/11/2026

		Segunda-feira (16/11/26)	Terça-feira (17/11/26)	Quarta-feira (18/11/26)	Quinta-feira (19/11/26)	Sexta-feira (20/11/26)
Reforço da manhã		Fruta + tostas[1,3,6,7,9]				
Almoço	Sopa	Sopa de alho francês	Sopa de legumes	Caldo verde	Creme de Abobora e Couve flor	Sopa de feijão e couve
	Pré-escolar/CATL	Atum, com salada russa (ovo, feijão verde cenoura, batata).[4]	Esparguete à bolonhesa Salada alface, beterraba	Lombinhos de salmão no forno com limão, batata e feijão verde cozido[4]	Palóco à lagareiro[3,4] Salada tomate e cebola	Rancho [8,12] Salada de tomate e pepino
	Creche	Atum ao natural, com salada russa (ovo, feijão verde, cenoura, batata).[3,4]	Igual ao geral *(sem adição de gordura)*	Igual ao geral *(sem adição de gordura)*	Igual ao geral *(sem adição de gordura)*	Igual ao geral *(sem adição de gordura e enchidos)*
	Sobremesa	Banana	Clementina	Pera	Maça	Abacaxi
Lanche	Creche < 24m	Papa não láctea de arroz[1;3,6,;3,6,7] Maça crua	Iogurte natural Tostas com queijo de barrar[1;7] Tomate cherry	Papa de aveia com banana[3;7]	Leite simples Pão c/ queijo[1;7] Cenoura palitada	Cereais integrais com leite + pera[1,3,6,7,8]
	Creche > 24m	Papa não láctea de arroz[1;3,6,;3,6,7] Maça crua	Iogurte natural Tostas com queijo de barrar[1;7;] Tomate cherry	Papa de aveia com banana[3;7]	Leite simples Pão c/ queijo[1;7] Cenoura palitada	Cereais integrais com leite + pera[1,3,6,7,8]
	Pré-escolar	Leite c/ cevada Pão c/ manteiga[1;7]	Iogurte Tostas com queijo de barrar;[7;8] Tomate cherry	Leite simples Pão c/ fiambre[1;7]	Leite simples Pão c/ queijo[1;7] Cenoura palitada	Cereais integrais com leite + pera[1,3,6,7,8]
Reforço de final de dia		Bolachas de arroz ou milho s/ sal + fruta crua[1,3,6,7,9]				

NOTA: EMENTA PODERÁ ESTAR SUJEITA A ALTERAÇÃO

