



centro de Infancia Pré /ATL

semana de 6 a a 9 de Outubro de 2026

DIA	PRATO	ALMOÇO	Prt (g)	Lip (g)	HC (g)	Kcal
2ª Feira	Sopa					
	Prato					
	Sobremesa					
	Lanche	leite com chocolate pão com manteiga				
3ª Feira	Sopa	creme de legumes				
	Prato	pasteis de bacalhau com arroz				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	Leite simples com pão e queijo				
4ª Feira	Sopa	Nabiças				
	Prato	Bifinhos com cogumelos e batata frita				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	iogurte pão com manteiga				
5ª Feira	Sopa	espinafres				
	Prato	massada de peixe				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	Cereais				
6ª Feira	Sopa	creme de brócolos				
	Prato	Jardineira				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	iogurte pão com queijo				

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos

