CENTRO DE INFANCIA PRE/ ATL

Semana de 23 a 27 de Novembro de 2026

DIA	PRATO	ALMOÇO	Prt (g)	Lip (g)	HC (g)	Kcal
2ª Feira	Sopa	creme de legumes				
	Prato	Febras com arroz e feijão preto				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	leite simples e pão com manteiga				
3ºFeira	Sopa	Espinafres				
	Prato	peixe com batata e grão e ovo				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	leite simples e pão com queijo				
4ª Feira	Sopa	Erivilhas com massinha				
	Prato	Fango com massa alegre				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	iogurtes pão com doce				
5ª Feira	Sopa	feijão verde				
	Prato	Bolonhesa de Atum				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	Cereais				
6ªFeira	Sopa	courguette com lombardo				
	Prato	Frango estufado com arroz e legumes				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	iogurtes pão com doce				

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos