



CENTRO DE INFANCIA PRE/ ATL/Azul (Leceia)

semana de 9 a 13 de Março 2026

DIA	PRATO	ALMOÇO	Prt (g)	Lip (g)	HC (g)	Kcal
2ª Feira	Sopa	creme de legumes				
	Prato	arroz de frango e legumes				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	leite com chocolate pão com manteiga				
3ª Feira	Sopa	Espinafres				
	Prato	peixe assado simples com batata				
	Sobremesa	gelatina				
	Lanche	leite simples e pão com queijo				
4ª Feira	Sopa	Grelas				
	Prato	lombo de porco assado com massa				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	iogurtes pão com manteiga				
5ª Feira	Sopa	feijão verde				
	Prato	perna de peru estufada com arroz				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	Cereais				
6ª Feira	Sopa	creme de cenoura com massinha				
	Prato	massada de salmão				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	iogurtes pão com doce				

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos

