



centro de Infancia Pré /ATL

Semana de 21 a 25 de Setembro de 2026

DIA	PRATO	ALMOÇO	Prt (g)	Lip (g)	HC (g)	Kcal
2ª Feira	Sopa	creme de legumes				
	Prato	Bifinhos com cogumelos e arroz branco				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	leite com chocolate pão com manteiga				
3ª Feira	Sopa	Espinafres				
	Prato	tortilha de peixe e legumes				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	leite simplese pão com queijo				
4ª Feira	Sopa	Grelós				
	Prato	carne a portuguesa				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	iogurte pão com manteiga				
5ª Feira	Sopa	feijao verde				
	Prato	arroz de peixe				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	Cereais				
6ª Feira	Sopa	creme de brocolos				
	Prato	rancho a minhota simples				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	iogurte pão com queijo				

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos

