



CENTRO DE INFANCIA PRE/ ATL

semana de 18 a 22 de Maio de 2026

DIA	PRATO	ALMOÇO	Prt (g)	Lip (g)	HC (g)	Kcal
2ª Feira	Sopa	creme de legumes				
	Prato	panados de frango com arroz				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	leite com chocolate pão com manteiga				
3ª Feira	Sopa	Espinafres				
	Prato	pescada cozida com batata e legumes				
	Sobremesa	gelatina				
	Lanche	leite simples e pão com queijo				
4ª Feira	Sopa	Grelas				
	Prato	frango com massa espiral				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	iogurtes pão com manteiga				
5ª Feira	Sopa	feijão verde				
	Prato	carne a portuguesa				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	Cereais				
6ª Feira	Sopa	courquette com lombardo				
	Prato	filetes estufados com arroz				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	iogurtes pão com doce				

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos

