



centro de Infancia Pré /ATL

semana de 20 a 24 de Março 2026

DIA	PRATO	ALMOÇO	Prot (g)	Lip (g)	HC (g)	Kcal
2ª Feira	Sopa	creme de legumes				
	Prato	lombo porco com arroz				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	leite com chocolate pão com manteiga				
3ª Feira	Sopa	Espinafres				
	Prato	grão , batata ovo e bacalhau				
	Sobremesa	Gelatina				
	Lanche	Leite simples com pão e queijo				
4ª Feira	Sopa	Nabiças				
	Prato	frango com esparguete				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	iogurte pão com manteiga				
5ª Feira	Sopa	feijao verde				
	Prato	arroz de peru				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	Cereais				
6ª Feira	Sopa	Lombardo				
	Prato	salada de peixe				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	iogurte pao e doce				

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos

