CENTRO DE INFANCIA PRE/ ATL

semana de 9 a 13 de Novembro /2026

DIA	PRATO	ALMOÇO	Prt (g)	Lip (g)	HC (g)	Kcal
2ª Feira	Sopa	creme de legumes				
	Prato	Peito frango com arroz				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	leite simples e pão com manteiga				
3ºFeira	Sopa	Espinafres				
	Prato	Bacallhou a gomes sá simples				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	leite simples e pão com queijo				
4ª Feira	Sopa	Erivilhas com massinha				
	Prato	Arroz de peru				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	iogurtes pão com doce				
5ª Feira	Sopa	feijão verde				
	Prato	peixe assado com batata				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	Cereais				
6ªFeira	Sopa	courguette com lombardo				
	Prato	Frango assado com arroz				
	Sobremesa	Fruta da época				
	Lanche	iogurtes pão com doce				

Nota: Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos