

# Ementa Semanal



LEARNING INTERNATIONAL SCHOOL  
COLÉGIO NOVO  
DA MATA



LEARNING INTERNATIONAL SCHOOL  
COLÉGIO NOVO  
DE GAIA

Semana de 25 a 29 Maio de 2026

1º, 2º e 3º ciclos

Segunda

Meio da Manhã

Pão de mistura com queijo + palitos de cenoura

Lanche da Tarde

Leite simples (com cevada, canela ou vagem de baunilha: opcional) + Barritas caseiras de aveia, pera e cacau

Terça

Meio da Manhã

Leite simples (com cevada, canela ou vagem de baunilha: opcional) + Pão de leite (caseiro)\* com manteiga

Lanche da Tarde

Bowl de iogurte, aveia, chia e fruta fresca madura da época

Quarta

Meio da Manhã

Iogurte sólido + pão de cereais com manteiga

Lanche da Tarde

Pão de leite caseiro\* com queijo + fruta fresca da época

Quinta

Meio da Manhã

Tortitas de arroz + fruta fresca da época

Lanche da Tarde

Iogurte líquido + Pão de mistura torrado com queijo fresco de barrar + palitos de cenoura

Sexta

Meio da Manhã

Leite simples (com cevada, canela ou vagem de baunilha: opcional) + Pão de cereais torrado com azeite e orégãos

Lanche da Tarde

Fruta fresca madura da época + Panquecas caseiras de aveia e cenoura

\* Sem adição de açúcar



Nota: o pão de forma é confeccionado na padaria tradicional, não sendo portanto embalado.

Ementa elaborada por: Patrícia Martins (Nutricionista CP 1151N)

Alergénios, informe-se, por favor, junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante.  
| Declaração nutricional por 100g/100ml de produto | Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações ASAE Rua Rodrigo da  
Fonseca 73, 1250-096 Lisboa | Allergens: Please get more information with our staff. Cross contaminations in the restaurant can  
not be excluded | Nutritional information presented per 100g/100ml of product | This establishment has complaints book.

