

Menu Semanal



Semana de 21 a 25 Setembro de 2026

Creche e Pré-escolar

Segunda

Lanche de Prolongamento

Tostas integrais + queijo triângulo + palitos de cenoura

Lanche da Tarde

Leite simples (cevada, canela ou vagem de baunilha: opcional) + Fatia de Banana Bread*

Terça

Lanche de Prolongamento

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

Lanche da Tarde

Iogurte líquido** + Pão de cereais torrado com manteiga

Quarta

Lanche de Prolongamento

Iogurte sólido + fruta fresca da época + Tortitas de milho

Lanche da Tarde

Leite simples (com cevada, canela ou vagem de baunilha: opcional) + Bolo caseiro de cenoura*

Quinta

Lanche de Prolongamento

Pão de mistura com mel^ + Leite simples (com cevada, canela ou vagem de baunilha: opcional)

Lanche da Tarde

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

Sexta

Lanche de Prolongamento

Iogurte sólido + Tortitas de arroz ou milho simples + Fruta da época

Lanche da Tarde

Leite simples (cevada, canela ou vagem de baunilha: opcional) + Pão de cereais com queijo fresco de barrar

* Sem adição de açúcar

** Para sala 1 ano e 2 anos, o iogurte deverá ser sólido natural

^ Após 3 anos (alternativa: manteiga)



Menu 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

