



# LANCHES - COLÉGIO DE SANTA TERESINHA

ANO LETIVO 2024/2025

1ª Semana



	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE
<b>2ª Feira</b>	Fruta Iogurte aroma <sup>7</sup> Bolacha-Maria <sup>1, 3, 6, 7, 12</sup>	Fruta Leite Meio-Gordo <sup>7</sup> Pão de Mistura com Queijo Fresco <sup>1, 3, 6, 7, 8, 11</sup>
<b>3ª Feira</b>	Batido de Fruta <sup>7</sup> Bolachas Cream Craker <sup>1, 3, 6, 7, 12</sup>	Fruta Iogurte líquido aroma <sup>7</sup> Pão-de-forma com Queijo <sup>1, 3, 6, 7, 8, 11</sup>
<b>4ª feira</b>	Fruta Leite Meio-Gordo <sup>7</sup> Bolachas de Arroz <sup>1, 3, 6, 7, 12</sup>	Fruta Leite Meio-Gordo <sup>7</sup> Panqueca <sup>1, 3, 7, 12</sup>
<b>5ª Feira</b>	Sumo de Fruta Iogurte aroma <sup>7</sup> Bolacha de água e sal <sup>1, 3, 6, 7, 12</sup>	Fruta Leite Meio-Gordo <sup>7</sup> Pão Integral com Manteiga <sup>1, 3, 6, 7, 8, 11</sup>
<b>6ª Feira</b>	Fruta Leite Meio-Gordo <sup>7</sup> Bolacha Digestiva <sup>1, 3, 6, 7, 12</sup>	Fruta Leite Meio-Gordo <sup>7</sup> Pão-de-leite com Queijo <sup>1, 3, 6, 7, 8, 11</sup>

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremçoço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

**Nota:** Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.



# LANCHES - COLÉGIO DE SANTA TERESINHA

ANO LETIVO 2024/2025

2ª Semana



	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE
<b>2ª Feira</b>	Fruta Iogurte aroma <sup>7</sup> Bolacha-Maria <sup>1, 3, 6, 7, 12</sup>	Fruta Leite Meio-Gordo <sup>7</sup> Pão de Mistura com Queijo Creme <sup>1, 3, 6, 7, 8, 11</sup>
<b>3ª Feira</b>	Batido de Fruta <sup>7</sup> Bolachas Cream Craker <sup>1, 3, 6, 7, 12</sup>	Fruta Iogurte líquido aroma <sup>7</sup> Pão-de-forma com Queijo <sup>1, 3, 6, 7, 8, 11</sup>
<b>4ª feira</b>	Fruta Leite Meio-Gordo <sup>7</sup> Bolachas de Milho <sup>1, 3, 6, 7, 12</sup>	Fruta Leite Meio-Gordo <sup>7</sup> Corn Flakes <sup>1, 3, 6, 7, 8, 12</sup>
<b>5ª Feira</b>	Sumo de Fruta Iogurte aroma <sup>7</sup> Bolacha de água e sal <sup>1, 3, 6, 7, 12</sup>	Fruta Leite Meio-Gordo <sup>7</sup> Pão Integral com Manteiga <sup>1, 3, 6, 7, 8, 11</sup>
<b>6ª Feira</b>	Fruta Leite Meio-Gordo <sup>7</sup> Bolacha Digestiva <sup>1, 3, 6, 7, 12</sup>	Fruta Leite Meio-Gordo <sup>7</sup> Pão-de-leite com Queijo <sup>1, 3, 6, 7, 8, 11</sup>

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de Sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremçoço, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

**Nota:** Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.