

EMENTA I – 1º CICLO

Lanche da Manhã

Semana de 21 a 25 de abril de 2025

Segunda

Lanche da manhã	Leite + Pão com manteiga ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Terça

Lanche da manhã	iogurte Sólido + Bolacha Maria ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Quarta

Lanche da manhã	Pão com manteiga + Fruta ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Quinta

Lanche da manhã	Leite + Cereais (Cornflakes) ^{1,7,8}
-----------------	---

Sexta

Lanche da manhã	Leite + Pão com Queijo ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Lanche da Tarde

Segunda

Lanche da tarde	Leite + Cereais (All-Bran) ^{1,7,8}
-----------------	---

Terça

Lanche da tarde	Leite + Pão com queijo ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Quarta

Lanche da tarde	Leite + Bolacha Tipo Cream Cracker ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Quinta

Lanche da tarde	Leite + Pão com Tomate ^{1,7,8}
-----------------	---

Sexta

Lanche da tarde	iogurte Sólido + Bolacha de água e sal ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten., 3Ovos, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

EMENTA II – 1º CICLO

Lanche da Manhã

Semana de 28 de abril a 02 de maio de 2025

Segunda

Lanche da manhã	Leite e Pão com Queijo ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Terça

Lanche da manhã	Iogurte Sólido + Cereais Tipo Muesli ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Quarta

Lanche da manhã	Leite + Pão com Fruta ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	---

Quinta

Lanche da manhã	Leite + Pão com manteiga ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Sexta

Lanche da manhã	Leite + Pão com Queijo ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Lanche da Tarde

Segunda

Lanche da tarde	Leite + Bolacha Tipo Cream Cracker ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Terça

Lanche da tarde	Leite + Pão com queijo ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Quarta

Lanche da tarde	Leite + Pão com Alface ^{1,7,8}
-----------------	---

Quinta

Lanche da tarde	Leite + cereais (Cornflakes) ^{1,7,8}
-----------------	---

Sexta

Lanche da tarde	Iogurte Sólido + Bolacha Maria ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten., 3Ovos, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

EMENTA III – 1º CICLO

Lanche da Manhã

Semana de 05 a 09 de maio de 2025

Segunda

Lanche da manhã	Leite e Pão com Queijo ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Terça

Lanche da manhã	Iogurte Líquido + Bolacha ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	--

Quarta

Lanche da manhã	Pão com Manteiga + Fruta ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Quinta

Lanche da manhã	Leite + Cereais (All-Bran) ^{1,7,8}
-----------------	---

Sexta

Lanche da manhã	Leite + Pão com Queijo ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Lanche da Tarde

Segunda

Lanche da tarde	Leite + cereais (Cornflakes) ^{1,7,8}
-----------------	---

Terça

Lanche da tarde	Leite + Pão com manteiga ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Quarta

Lanche da tarde	Leite e Pão com Queijo ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Quinta

Lanche da tarde	Iogurte Sólido + Pão com Queijo ^{1,7,8}
-----------------	--

Sexta

Lanche da tarde	Pão com Manteiga + Fruta ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten., 3Ovos, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

EMENTA I – 1º CICLO
Lanche da Manhã
Semana de 12 a 16 de maio de 2025

Segunda

Lanche da manhã	Leite + Pão com manteiga ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Terça

Lanche da manhã	iogurte Sólido + Bolacha Maria ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Quarta

Lanche da manhã	Pão com manteiga + Fruta ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Quinta

Lanche da manhã	Leite + Cereais (Cornflakes) ^{1,7,8}
-----------------	---

Sexta

Lanche da manhã	Leite + Pão com Queijo ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Lanche da Tarde

Segunda

Lanche da tarde	Leite + Cereais (All-Bran) ^{1,7,8}
-----------------	---

Terça

Lanche da tarde	Leite + Pão com queijo ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Quarta

Lanche da tarde	Leite + Bolacha Tipo Cream Cracker ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Quinta

Lanche da tarde	Leite + Pão com Queijo ^{1,7,8}
-----------------	---

Sexta

Lanche da tarde	iogurte Sólido + Bolacha de água e sal ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contém glúten., 3Ovos, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

EMENTA II – 1º CICLO

Lanche da Manhã

Semana de 19 a 23 de maio de 2025

Segunda

Lanche da manhã	Leite e Pão com Queijo ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Terça

Lanche da manhã	Iogurte Sólido + Cereais Tipo Muesli ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Quarta

Lanche da manhã	Leite + Pão com Fruta ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	---

Quinta

Lanche da manhã	Leite + Pão com manteiga ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Sexta

Lanche da manhã	Leite + Pão com Queijo ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Lanche da Tarde

Segunda

Lanche da tarde	Leite + Bolacha Tipo Cream Cracker ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Terça

Lanche da tarde	Leite + Pão com queijo ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Quarta

Lanche da tarde	Leite + Pão com Alface ^{1,7,8}
-----------------	---

Quinta

Lanche da tarde	Leite + cereais (Cornflakes) ^{1,7,8}
-----------------	---

Sexta

Lanche da tarde	Iogurte Sólido + Bolacha Maria ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten., 3Ovos, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

EMENTA III – 1º CICLO
Lanche da Manhã
Semana de 26 a 30 de maio de 2025

Segunda

Lanche da manhã	Leite e Pão com Queijo ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Terça

Lanche da manhã	Iogurte Sólido + Bolacha ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Quarta

Lanche da manhã	Pão com Manteiga + Fruta ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Quinta

Lanche da manhã	Leite + Cereais (All-Bran) ^{1,7,8}
-----------------	---

Sexta

Lanche da manhã	Leite + Pão com Queijo ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Lanche da Tarde

Segunda

Lanche da tarde	Leite + cereais (Cornflakes) ^{1,7,8}
-----------------	---

Terça

Lanche da tarde	Leite + Pão com manteiga ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Quarta

Lanche da tarde	Leite e Pão com Queijo ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Quinta

Lanche da tarde	Iogurte Sólido + Pão com Tomate ^{1,7,8}
-----------------	--

Sexta

Lanche da tarde	Pão com Manteiga + Fruta ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten., 3Ovos, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

EMENTA I – 1º CICLO

Lanche da Manhã

Semana de 02 a 06 junho de 2025

Segunda

Lanche da manhã	Leite + Pão com manteiga ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Terça

Lanche da manhã	iogurte Líquido + Bolacha Maria ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	--

Quarta

Lanche da manhã	Pão com manteiga + Fruta ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Quinta

Lanche da manhã	Leite + Cereais (Cornflakes) ^{1,7,8}
-----------------	---

Sexta

Lanche da manhã	Leite + Pão com Queijo ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Lanche da Tarde

Segunda

Lanche da tarde	Leite + Cereais (All-Bran) ^{1,7,8}
-----------------	---

Terça

Lanche da tarde	Leite + Pão com queijo ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Quarta

Lanche da tarde	Leite + Bolacha Tipo Cream Cracker ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Quinta

Lanche da tarde	Leite + Pão com Queijo ^{1,7,8}
-----------------	---

Sexta

Lanche da tarde	iogurte Sólido + Bolacha de água e sal ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contém glúten., 3Ovos, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

EMENTA II – 1º CICLO

Lanche da Manhã

Semana de 09 a 13 junho de 2025

Segunda

Lanche da manhã	Leite e Pão com Queijo ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Terça

Lanche da manhã	iogurte Sólido + Bolacha ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Quarta

Lanche da manhã	Leite + Pão com Fruta ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	---

Quinta

Lanche da manhã	Leite + Pão com manteiga ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Sexta

Lanche da manhã	Leite + Pão com Queijo ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Lanche da Tarde

Segunda

Lanche da tarde	Leite + Bolacha Tipo Cream Cracker ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Terça

Lanche da tarde	Leite + Pão com queijo ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Quarta

Lanche da tarde	Leite + Pão com Alface ^{1,7,8}
-----------------	---

Quinta

Lanche da tarde	Leite + cereais (Cornflakes) ^{1,7,8}
-----------------	---

Sexta

Lanche da tarde	iogurte Sólido + Bolacha Maria ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten., 3Ovos, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

EMENTA III – 1º CICLO

Lanche da Manhã

Semana de 16 a 20 junho de 2025

Segunda

Lanche da manhã	Leite e Pão com Queijo ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Terça

Lanche da manhã	iogurte Sólido + Bolacha ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Quarta

Lanche da manhã	Pão com Manteiga + Fruta ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Quinta

Lanche da manhã	Leite + Cereais (All-Bran) ^{1,7,8}
-----------------	---

Sexta

Lanche da manhã	Leite + Pão com Queijo ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Lanche da Tarde

Segunda

Lanche da tarde	Leite + cereais (Cornflakes) ^{1,7,8}
-----------------	---

Terça

Lanche da tarde	Leite + Pão com manteiga ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Quarta

Lanche da tarde	Leite e Pão com Queijo ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Quinta

Lanche da tarde	iogurte Sólido + Pão com Tomate ^{1,7,8}
-----------------	--

Sexta

Lanche da tarde	Pão com Manteiga + Fruta ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten., 3Ovos, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

EMENTA I – 1º CICLO

Lanche da Manhã

Semana de 23 a 27 junho de 2025

Segunda

Lanche da manhã	Leite + Pão com manteiga ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Terça

Lanche da manhã	iogurte Sólido + Bolacha Maria ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Quarta

Lanche da manhã	Pão com manteiga + Fruta ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Quinta

Lanche da manhã	Leite + Cereais (Cornflakes) ^{1,7,8}
-----------------	---

Sexta

Lanche da manhã	Leite + Pão com Queijo ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Lanche da Tarde

Segunda

Lanche da tarde	Leite + Cereais (All-Bran) ^{1,7,8}
-----------------	---

Terça

Lanche da tarde	Leite + Pão com queijo ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}
-----------------	--

Quarta

Lanche da tarde	Leite + Bolacha Tipo Cream Cracker ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	---

Quinta

Lanche da tarde	Leite + Pão com Queijo ^{1,7,8}
-----------------	---

Sexta

Lanche da tarde	iogurte Líquido + Bolacha de água e sal ^{1,3,5,6,7,8,11,12}
-----------------	--

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico ou intolerante a alguma substância deve consultar o responsável da unidade para informações mais precisas antes de consumir a sua refeição

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten., 3Ovos, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.