

Semana de 16 a 20 de setembro de 2024

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

logurte Líquido + Bolacha^{1,3,5,6,7,8,11,12}

Quarta

Lanche da manhã

Pão com Manteiga + Fruta1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14

Quinta

Lanche da manhã

Leite + Cereais (All-Bran) 1,7,8

Sexta

Lanche da

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

Lanche da Tarde

Segunda

Lanche da tarde

Leite + cereais (Cornflakes) 1,7.8

Terça

Lanche da

Leite + Pão com

tarde

manteiga^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}

Quarta

Lanche da

Leite e Pão com

tarde

Queijo1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14

Quinta

Lanche da tarde

logurte + Pão com Tomate^{1,7,8}

Sexta

Lanche da

Pão com Manteiga + Fruta1.2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14

tarde

Se é alergico 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 sesamo, 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.



Semana de 23 a 27 de setembro de 2024

Segunda

Lanche da

Leite + Pão com

manhã

manteiga^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}

Terca

Lanche da

logurte Sólido + Bolacha

manhã

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

Terca

Lanche da

Leite + Pão com

tarde.

QUeijo1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14

Quarta

Lanche da

Leite + Bolacha Tipo Cream

tarde

Cracker^{1,3,5,6,7,8,11,12}

Quinta

Lanche da

tarde

Leite + Pão com Tomate^{1,7,8}

Sexta

Lanche da

logurte + Bolacha de água e

tarde

Sal1,3,5,6,7,8,11,12



EMENTA 11-1º CICLO Lanche da Manhã

Semana de 30 a 04 de outubro de 2024

Segunda

Lanche da Leite e Pão com

manhã

Queijo1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14

Terça

Lanche da

manhã

logurte + 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

manhā

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

Leite + Bolacha Tipo Cream

tarde

Cracker^{1,3,5,6,7,8,11,12}

Terça

Lanche da

tarde

Leite + Pão com queijo1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14

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

logurte + Bolacha Maria^{1,3,5,6,7,8,11,12}

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alergico 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.



Semana de 07 a 11 de outubro de 2024

Segunda

Lanche da manhã

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

Terca

Lanche da

logurte Líquido + Bolacha^{1,3,5,6,7,8,11,12} manhã

Quarta

Lanche da manhã

Pão com Manteiga + Fruta1.2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14

Quinta

Lanche da manhã

Leite + Cereais (All-Bran) 1.7.8

Sexta

manhã

Lanche da

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

Leite + Pão com

tarde

manteiga^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}

Quarta

Lanche da

Leite e Pão com

tarde

Queijo1.2.3,4,5.6,7,8,9,10,11,12,13,14

Quinta

Lanche da

tarde

logurte + Pão com Tomate^{1,7,8}

Sexta

tarde

Lanche da

Pão com Manteiga + Fru†a1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14



Semana de 14 a 18 de outubro de 2024

Segunda

Lanche da

Leite + Pão com

manhã

manteiga^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}

Terça

Lanche da

logurte Sólido + Bolacha

manhã

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

Leite + Pão com

tarde

queijo1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14

Quarta

Lanche da

Leite + Bolacha Tipo Cream

tarde

Cracker^{1,3,5,6,7,8,11,12}

Quinta

Lanche da

1

Leite + Pão com Tomate^{1,7,8}

tarde Sexta

Lanche da

logurte + Bolacha de água e

tarde

SQ[1,3,5,6,7,8,11,12



Semana de 21 a 25 de outubro de 2024

Segunda

Lanche da Leite e Pão com

manhã Queijo^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}

Terça

Lanche da

logurte + Cereais Tipo Muesli^{1,3,5,6,7,8,11,12}

Quarta

manhã

Lanche da

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

Quinta

manhã

Lanche da

manhã

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

Sexta

Lanche da

manhā Leite + Pão com Queijo^{1,3,5,6,7,8,11,12}

Lanche da Tarde

Segunda

Lanche da Leite + Bolacha Tipo Cream

tarde 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

Leite + Pão com Alface^{1,7,8}

Quinta

tarde

Lanche da

Leite + cereais (Cornflakes) 1.7.8

tarde Sexta

Lanche da

tarde logurte + Bolacha Maria^{1,3,5,6,7,8,11,12}



Semana de 28 de outubro a 01 de novembro de 2024

Segunda

manhã

Lanche da

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

Terça

Lanche da

manhã

logurte + Bolacha^{1,3,5,6,7,8,11,12}

Quarta

Lanche da

Pão com Manteiga + Fruta1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14

manhã

Quinta

Lanche da

manhã

Leite + Cereais (All-Bran) 1,7,8

Sexta

Lanche da

manhã

Teriodo Lanche da Tarde

Segunda

Lanche da

tarde

Leite + cereais (Cornflakes) 1,7,8

Terça

Lanche da

Leite + Pão com

tarde

manteiga^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}

Quarta

Lanche da

Leite e Pão com

tarde

Queijo1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14

Quinta

Lanche da

tarde

logurte + Pão com Tomate^{1,7,8}

Sexta

Lanche da

tarde

Jena 20



Semana de 04 a 08 de novembro de 2024

Segunda

Lanche da

Leite + Pão com

manhã

manteiga^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}

Terca

Lanche da

logurte Sólido + Bolacha

manhã

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

Terca

Lanche da

Leite + Pão com

tarde

queijo1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14

Quarta

Lanche da

Leite + Bolacha Tipo Cream

tarde

Cracker^{1,3,5,6,7,8,11,12}

Quinta

Lanche da

tarde

Leite + Pão com Tomate^{1,7,8}

Sexta

Lanche da

logurte + Bolacha de água e

tarde

SC[1,3,5,6,7,8,11,12



Semana de 11 a 15 de novembro de 2024

Segunda

Lanche da Leite e Pão com

Queiio1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14 manhã

Terça

Lanche da

logurte + Cereais Tipo Muesli^{1,3,5,6,7,8,11,12}

Quarta

manhã

Lanche da manhã

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

Quinta

manhã

Lanche da

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 Leite + Bolacha Tipo Cream

Cracker1,3,5,6,7,8,11,12 tarde

Terça

tarde

Lanche da

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

Quarta

Lanche da

Leite + Pão com Alface^{1,7,8}

Quinta

tarde

Lanche da

Leite + cereais (Cornflakes) 1,7,8

Sexta

tarde

Lanche da

logurte + Bolacha Maria^{1,3,5,6,7,8,11,12}

tarde



Semana de 18 a 22 de novembro de 2024

Segunda

manhã

Lanche da

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

Terça

Lanche da manhã

logurte Líquido + Bolacha^{1,3,5,6,7,8,11,12}

Quarta

Lanche da manhã

Pão com Manteiga + Fruta1.2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14

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 Leite + Pão com

tarde manteiga^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}

Quarta

Lanche da Leite e Pão com

tarde Queijo1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14

Quinta

Lanche da

tarde logurte + Pão com Tomate^{1,7,8}

Sexta

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



Semana de 25 a 29 de novembro de 2024

Segunda

Lanche da

Leite + Pão com

manhã

manteiga^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}

Terça

Lanche da

logurte Sólido + Bolacha

manhã

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

Leite + Pão com

tarde

queijo^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}

Quarta

Lanche da

Leite + Bolacha Tipo Cream

tarde

Cracker^{1,3,5,6,7,8,11,12}

Quinta

Lanche da

tarde

Leite + Pão com Tomate^{1,7,8}

Sexta

Lanche da

logurte + Bolacha de água e

tarde

SQ[1,3,5,6,7,8,11,12



Semana de 02 a 06 dezembro de 2024

Segunda

Lanche da Leite e Pão com

manhã

Queijo1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14

Terca

Lanche da manhã

logurte + Cereais Tipo Muesli^{1,3,5,6,7,8,11,12}

Quarta

Lanche da

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

Quinta

Lanche da

manhã

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

Sexta

Lanche da

Leite + Pão com Queijo1.3.5.6.7.8.11.12 manhã

Lanche da Tarde

Segunda

Lanche da

Leite + Bolacha Tipo Cream

tarde

Cracker1,3,5,6,7,8,11,12

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

Leite + cereais (Cornflakes) 1.7.8

Sexta

tarde

tarde

Lanche da

logurte + Bolacha Maria^{1,3,5,6,7,8,11,12}



EMENTA III – 1º CICLO Lanche da Manhã Semana de 09 a 13 dezembro de 2024

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

logurte Líquido + Bolacha^{1,3,5,6,7,8,11,12}

manhã Quarta

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

Quinta

manhã

manhã

Lanche da

Leite + Cereais (All-Bran) 1,7,8

Sexta

Lanche da

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 Leite + Pão com

tarde manteiga^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}

Quarta

Lanche da Leite e Pão com

tarde Queijo1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14

Quinta

Lanche da

tarde

logurte + Pão com Tomate^{1,7,8}

Sexta

Lanche da Pão com Manteiga + tarde Fruta 1.2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14



Semana de 16 a 20 de dezembro de 2024

Segunda

Lanche da Leite + Pão com

manhã manteiga^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}

Terça

Lanche da logurte Sólido + Bolacha

manhã 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

Leite + Pão com

tarde

queijo^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14}

Quarta

Lanche da

Leite + Bolacha Tipo Cream

tarde

Cracker1,3,5,6,7,8,11,12

Quinta

Lanche da

tarde

Leite + Pão com Tomate^{1,7,8}

Sexta

Lanche da

logurte + Bolacha de água e

tarde

sal1,3,5,6,7,8,11,12