



2ª feira (03/08/2026)

3ª feira (04/08/2026)

4ª feira (05/08/2026)

5ª feira (06/08/2026)

6ª feira (07/08/2026)

4 a 6 Meses	ALMOÇO	Creme de legumes Purê de fruta	Creme de alho francês Purê de fruta	Creme de curgete Purê de fruta	Creme de cenoura Purê de fruta	Creme de alface Purê de fruta
	LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
6 a 9 Meses	ALMOÇO	Creme de legumes com salsa e vitela Purê de fruta	Creme de alho francês com pato Purê de fruta	Creme de curgete com coentros e frango Purê de fruta	Creme de cenoura com hortelã e borrego Purê de fruta	Creme de alface com peru Purê de fruta
	LANCHE	⁷ Yogolino – Sabor natural	⁷ Cerelac 1ª Papa Multifrutos (sem glúten)	Purê de abacate com ⁷ Yogolino – Sabor natural	⁷ Cerelac 1ª Papa Multifrutos (sem glúten)	⁷ Yogolino – Sabor natural
9 a 12 Meses	ALMOÇO	Creme de legumes com salsa e vitela Vitela estufada com abóbora, beringela e cebolinho e ^{1,6,10} esparguete cozido Purê de fruta	Creme de alho francês com ⁴ pescada ⁴ Pescada cozida com batata, cenoura e feijão verde cozidos Purê de fruta	Creme de legumes com lentilhas e coentros Arroz de frango com abóbora, curgete e alho francês Purê de fruta	Creme de cenoura com hortelã e ⁴ filete de tilapia Filete de tilapia no forno com estufado de ^{1,6,10} couscous, juliana e alho francês Purê de fruta	Creme de alface com peru Estufadinho de feijão catarino e ^{1,6} bulgur com legumes (curgete, cenoura, couve-flor e salsa) Purê de fruta
	LANCHE	⁷ Yogolino – Sabor natural	^{1,7} Cerelac Seleção da Natureza Aveia Maçã Cenoura (com glúten)	Purê de abacate com ⁷ Yogolino – Sabor natural	^{1,7} Cerelac Seleção da Natureza Aveia Centeio (com glúten)	⁷ Yogolino – Sabor natural

Pontualmente, por motivos não programados, poderá existir a necessidade de alteração da presente ementa.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten; ²Crustáceos e derivados; ³Ovos; ⁴Peixe; ⁵Amendoins; ⁶Soja; ⁷Leite; ⁸Frutos de casca rijas; ⁹Aipo e derivados; ¹⁰Mostarda e derivados; ¹¹Sementes de sésamo; ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos; ¹³tremços e derivados; ¹⁴Moluscos. Todas as alergias alimentares devem ser informadas à nossa equipa. Trabalhamos para controlar ao máximo, mas não poderão ser totalmente excluídas, possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.



2ª feira (10/08/2026)

3ª feira (11/08/2026)

4ª feira (12/08/2026)

5ª feira (13/08/2026)

6ª feira (14/08/2026)

4 a 6 Meses	ALMOÇO	Creme de alho francês Puré de fruta	Creme de cenoura Puré de fruta	Creme de alface Puré de fruta	Creme de curgete	Creme de legumes Puré de fruta
	LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
6 a 9 Meses	ALMOÇO	Creme de alho francês com vitela Puré de fruta	Creme de cenoura com coentros e peru Puré de fruta	Creme de alface com borrego Puré de fruta	Creme de curgete com hortelã e frango Puré de fruta	Creme de legumes com pato Puré de fruta
	LANCHE	⁷ Yogolino – Sabor natural	⁷ Cerelac 1ª Papa Multifrutos (sem glúten)	Puré de manga com ⁷ Yogolino – Sabor natural	⁷ Cerelac 1ª Papa Multifrutos (sem glúten)	⁷ Yogolino – Sabor natural
9 a 12 Meses	ALMOÇO	Creme de alho francês com ⁴ pescada ⁴ Pescada estufada com batata, cenoura, curgete, chuchu e salsa Puré de fruta	Creme de lentilhas com coentros Peru estufado com repolho, abóbora, feijão verde e ^{1,6,10} couscous Puré de fruta	Creme de alface com ⁴ linguado ^{1,4,6,10} Massinha de linguado com cenoura, brócolos e coentros Puré de fruta	Creme de curgete com hortelã e frango Arroz de frango com abóbora, couve-flor e cebolinho Puré de fruta	Creme de legumes com ⁴ filete de peixe vermelho Puré de grão-de-bico com estufado de ^{1,6,8,11} quinoa, abóbora, alho francês, beringela e hortelã Puré de fruta
	LANCHE	⁷ Yogolino – Sabor natural	^{1,7} Cerelac Seleção da Natureza Aveia Manga Banana (com glúten)	Puré de manga com ⁷ Yogolino – Sabor natural	^{1,7} Cerelac Seleção da Natureza Aveia Pêra e Banana (com glúten)	⁷ Yogolino – Sabor natural

Pontualmente, por motivos não programados, poderá existir a necessidade de alteração da presente ementa.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten; ²Crustáceos e derivados; ³Ovos; ⁴Peixe; ⁵Amendoins; ⁶Soja; ⁷Leite; ⁸Frutos de casca rijas; ⁹Aipo e derivados; ¹⁰Mostarda e derivados; ¹¹Sementes de sésamo; ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos; ¹³tremços e derivados; ¹⁴Moluscos. Todas as alergias alimentares devem ser informadas à nossa equipa. Trabalhamos para controlar ao máximo, mas não poderão ser totalmente excluídas, possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.