



2ª feira (01/06/2026)

3ª feira (02/06/2026)

4ª feira (03/06/2026)

5ª feira (04/06/2026)

6ª feira (05/06/2026)

4 a 6 Meses	ALMOÇO	Creme de cenoura Puré de fruta	Creme de curgete Puré de fruta	Creme de legumes Puré de fruta	FERIADO	Creme de feijão verde Puré de fruta
	LANCHE	Leite	Leite	Leite		Leite
6 a 9 Meses	ALMOÇO	Creme de cenoura com hortelã e frango Puré de fruta	Creme de curgete com salsa e peru Puré de fruta	Creme de legumes com coentros e pato Puré de fruta	DIA DE CORPO DE DEUS	Creme de feijão verde com ^{1,6,8,11} quinoa Puré de fruta
	LANCHE	⁷ Yogolino – Sabor natural	⁷ Cerelac 1ª Papa Multifrutos (sem glúten)	Puré de banana com ⁷ Yogolino – Sabor natural		⁷ Yogolino – Sabor natural
9 a 12 Meses	ALMOÇO	Creme de cenoura com hortelã e frango Arroz de frango com abóbora, couve coração, feijão verde e cebolinho Puré de fruta	Creme de curgete com salsa e ⁴ filete de peixe vermelho ⁴ Filete de peixe vermelho estufado com cenoura e alho francês, com arroz de brócolos Puré de fruta	Creme de feijão encarnado com coentros ^{1,6,10} Massinha de peru com beringela, abóbora e salsa Puré de fruta	FERIADO	Creme de feijão verde com ^{1,6,8,11} quinoa Estufado de lentilhas com ^{1,6,10} massinha e legumes (chuchu, beringela e couve coração) Puré de fruta
	LANCHE	⁷ Yogolino – Sabor natural	^{1,7} Cerelac Seleção da Natureza Aveia Manga Banana (com glúten)	Puré de banana com ⁷ Yogolino – Sabor natural		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; ¹³tremoços 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 (08/06/2026)

3ª feira (09/06/2026)

4ª feira (10/06/2026)

5ª feira (11/06/2026)

6ª feira (12/06/2026)

		2ª feira (08/06/2026)	3ª feira (09/06/2026)	4ª feira (10/06/2026)	5ª feira (11/06/2026)	6ª feira (12/06/2026)
4 a 6 Meses	ALMOÇO	Creme de legumes Puré de fruta	Creme de alho francês Puré de fruta	FERIADO	Creme de abóbora Puré de fruta	Creme de alface Puré de fruta
	LANCHE	Leite	Leite		Leite	Leite
6 a 9 Meses	ALMOÇO	Creme de legumes com salsa e vitela Puré de fruta	Creme de alho francês com pato Puré de fruta	DIA DE PORTUGAL E DAS COMUNIDADES PORTUGUESAS	Creme de abóbora com hortelã e borrego Puré de fruta	Creme de alface com peru Puré de fruta
	LANCHE	⁷ Yogolino – Sabor natural	⁷ Cerelac 1ª Papa Multifrutos (sem glúten)		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 arroz branco Puré de fruta	Creme de alho francês com ⁴ pescada ⁴ Pescada cozida com batata, cenoura e feijão verde cozidos Puré de fruta	FERIADO	Creme de abóbora com hortelã e ⁴ filete de tilapia Filete de tilápia no forno com estufado de ^{1,6,10} couscous, curgete e brócolos Puré de fruta	Creme de alface com peru Estufadinho de feijão encarnado e ^{1,6} bulgur com legumes (curgete, cenoura, couve-flor e salsa) Puré de fruta
	LANCHE	⁷ Yogolino – Sabor natural	^{1,7} Cerelac Seleção da Natureza Aveia Maçã Cenoura (com glúten)		^{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 rijia; ⁹Aipo e derivados; ¹⁰Mostarda e derivados; ¹¹Sementes de sésamo; ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos; ¹³tremoços 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 (15/06/2026)

3ª feira (16/06/2026)

4ª feira (17/06/2026)

5ª feira (18/06/2026)

6ª feira (19/06/2026)

Idade	Data				
	2ª feira (15/06/2026)	3ª feira (16/06/2026)	4ª feira (17/06/2026)	5ª feira (18/06/2026)	6ª feira (19/06/2026)
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 7Yogolino – Sabor natural	7Cerelac 1ª Papa Multifrutos (sem glúten)	Puré de manga com 7Yogolino – Sabor natural	7Cerelac 1ª Papa Multifrutos (sem glúten)	7Yogolino – Sabor natural
9 a 12 Meses	ALMOÇO Creme de alho francês com 4pescada 4Pescada estufada com batata, cenoura, curgete, chuchu e salsa Puré de fruta	Creme de lentilhas com coentros Peru estufado com repolho, abóbora, feijão verde e 1,6,10couscous Puré de fruta	Creme de alface com 4linguado 1,4,6,10Massinha 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 4filete de peixe vermelho Puré de grão-de-bico com estufado de 1,6,101,6,8,11quinoa, abóbora, alho francês, beringela e hortelã Puré de fruta
	LANCHE 7Yogolino – Sabor natural	1,7Cerelac Seleção da Natureza Aveia Manga Banana (com glúten)	Puré de manga com 7Yogolino – Sabor natural	1,7Cerelac Seleção da Natureza Aveia Pêra e Banana (com glúten)	7Yogolino – 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; ¹³tremoços 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 (22/06/2026)

3ª feira (23/06/2026)

4ª feira (24/06/2026)

5ª feira (25/06/2026)

6ª feira (26/06/2026)

		2ª feira (22/06/2026)	3ª feira (23/06/2026)	4ª feira (24/06/2026)	5ª feira (25/06/2026)	6ª feira (26/06/2026)
4 a 6 Meses	ALMOÇO	Creme de curgete Puré de fruta	Creme de legumes Puré de fruta	Creme de abóbora Puré de fruta	Creme de alface Puré de fruta	Creme de alho francês Puré de fruta
	LANCHE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
6 a 9 Meses	ALMOÇO	Creme de curgete com salsa e peru Puré de fruta	Creme de legumes com hortelã e pato Puré de fruta	Creme de abóbora com coentros e frango Puré de fruta	Creme de alface com vitela Puré de fruta	Creme de alho francês com borrego Puré de fruta
	LANCHE	⁷ Yogolino – Sabor natural	⁷ Cerelac 1ª Papa Multifrutos (sem glúten)	Puré de papaia com ⁷ Yogolino – Sabor natural	⁷ Cerelac 1ª Papa Multifrutos (sem glúten)	⁷ Yogolino – Sabor natural
9 a 12 Meses	ALMOÇO	Creme de curgete com salsa e peru Peru estufado com feijão verde, couve-flor, alho francês e ^{1,6,10} esparguete cozido Puré de fruta	Creme de grão com hortelã ⁴ Pescada cozida com batata, cenoura e chuchu cozidos Puré de fruta	Creme de abóbora com coentros e frango Arroz de frango com juliana e curgete Puré de fruta	Creme de alface com ⁴ filete de peixe galo ⁴ Filete de peixe galo estufado com ^{1,6,10} couscous, brócolos, cenoura e alho francês Puré de fruta	Creme de alho francês com borrego Estufado de lentilhas com batata, legumes (beringela, abóbora, couve coração e coentros) e ^{1,6,8,11} quinoa Puré de fruta
	LANCHE	⁷ Yogolino – Sabor natural	^{1,7} Cerelac Seleção da Natureza Aveia Maçã Cenoura (com glúten)	Puré de papaia 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 rijia; ⁹Aipo e derivados; ¹⁰Mostarda e derivados; ¹¹Sementes de sésamo; ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos; ¹³tremoços 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 (29/06/2026)

3ª feira (30/06/2026)

4ª feira (01/07/2026)

5ª feira (02/07/2026)

6ª feira (03/07/2026)

4 a 6 Meses	ALMOÇO	Creme de alho francês Puré de fruta	Creme de abóbora Puré de fruta	Creme de curgete Puré de fruta	Creme de legumes Puré de fruta	Creme de feijão verde 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 abóbora com hortelã e peru Puré de fruta	Creme de curgete com salsa e pato Puré de fruta	Creme de legumes com coentros e frango Puré de fruta	Creme de feijão verde com borrego Puré de fruta
	LANCHE	⁷ Yogolino – Sabor natural	⁷ Cerelac 1ª Papa Multifrutos (sem glúten)	Puré de banana 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 escadada ^{1,6,10} Massinha de ⁴ escadada com brócolos, abóbora e salsa Puré de fruta	Creme de abóbora com hortelã e peru Peru estufado com alho francês e feijão verde com arroz de cenoura Puré de fruta	Creme de curgete com salsa e ⁴ filete de solha ⁴ Filete de solha cozido com batata, cenoura e couve-flor cozidos Puré de fruta	Creme de lentilhas com coentros Frango estufado com abóbora e curgete com ^{1,6,10} couscous cozido Puré de fruta	Creme de feijão verde com ^{1,6,10} massinha cuscuz Estufadinho de feijão com arroz e legumes (cenoura, beringela, alho francês, couve branca e salsa) Puré de fruta
	LANCHE	⁷ Yogolino – Sabor natural	^{1,7} Cerelac Seleção da Natureza Aveia Manga Banana (com glúten)	Puré de banana 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; ¹³tremoços 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.