

Segunda-feira (14/09/2026)

ALMOÇO

A – Sopa Geral + 2 A, reforçada em frango; B – Sopa Geral + 2 A, sem lentilhas; C - Sopa Geral + 2 A, passada

A – Refeição Geral + 2 A, sem molho de leite; B - Refeição Geral + 2 A, sem molho de leite nem alface e maçã;

C - Refeição Geral + 2 A, com maçã descascada

Fruta da época – atenção a abacaxi, ananás, banana, maçã e pêra

LANCHE

~~a – Lanche do dia + Papa de milho com leite, aroma de baunilha e pau de canela;~~ **b – Papa de milho com**

leite sem lactose, aroma de baunilha e pau de canela; c - Papa de aveia com Bebida vegetal de amêndoa,

aroma de baunilha e pau de canela; d – Puré de fruta com leite; e - Leite sem lactose + 1 fruta; f - Leite sem

lactose simples ou achocolatado; g – Bebida vegetal de amêndoa simples ou achocolatada; h - Fruta em

substituição do leite

i – Pão com creme de soja; j – Pão simples; k - Bolacha de NAE arroz/milho com queijo e creme vegetal de

barrar

Terça-feira (15/09/2026)

ALMOÇO

A - Sopa Geral + 2 A, reforçada em raia; B – Sopa Geral + 2 A, passada

A – Refeição Geral + 2 A, sem feijão frade nem edamame; B - Salada Russa (atum, batata, feijão verde, cenoura, tomate, alface); C - Salada Russa (atum, batata, feijão verde, cenoura e tomate)

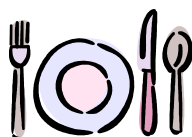
Fruta da época – atenção a abacaxi, ananás, banana, maçã e pêra

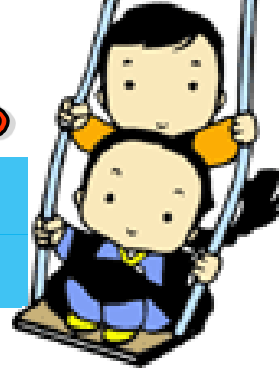
LANCHE

a – iogurte sem lactose; b – “iogurte” vegetal de soja; c – 1 unidade sem lactose + 1 fruta

d – Pão seco com creme de soja; e – Pão simples; f – Pão de iogurte com fiambre e creme vegetal de barrar;

g – Pão integral com fiambre e creme vegetal de barrar





Quarta-feira (16/09/2026)

ALMOÇO

A – Sopa Geral + 2 A, reforçada em peru; B – Sopa Geral + 2 A, sem couve; C - Sopa Creche 1 A, sem curgete;

D - Sopa Geral + 2 A, passada

A – Refeição Geral + 2 A, sem favas; B – Refeição Geral + 2 A, sem favas nem rúcula; C - Refeição Geral + 2 A, com peru em substituição do porco

Fruta da época – atenção a abacaxi, ananás, banana, maçã e pêra

LANCHE

~~a – Lanche do dia + puré de fruta com leite;~~ **b - Puré de fruta com leite sem lactose; c - Puré de fruta com**

Bebida vegetal de amêndoa; d – Leite sem lactose + pêra; e - Batido com Leite sem lactose OU leite sem

lactose + banana; f – Batido com Bebida vegetal de amêndoa OU Bebida vegetal de amêndoa + banana; g -

Fruta em substituição do leite

h – Pão com creme de soja; i – Pão simples; j – Pão de iogurte com creme vegetal de barrar; k - Pão integral

com creme vegetal de barrar

Quinta-feira (17/09/2026)

ALMOÇO

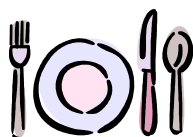
A – Sopa Geral + 2 A, reforçada em tilápia; B – Sopa Geral + 2 A, sem grão; C - Sopa Geral + 2 A, passada

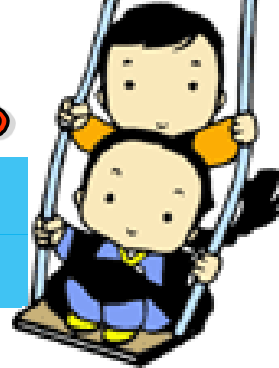
Fruta da época – atenção a abacaxi, ananás, banana, maçã e pêra

LANCHE

a – iogurte sem lactose; b – “iogurte” vegetal de soja; c – 1 unidade sem lactose + 1 fruta

d – Papo seco com creme de soja; e – Pão simples; f – Papo seco com marmelada ou creme de soja; g - Pão de iogurte com marmelada ou creme vegetal de barrar; h – Pão integral com marmelada ou creme vegetal de barrar





Sexta-feira (18/09/2026)

ALMOÇO

A – Sopa Geral + 2 A, reforçada em vitela; B – Sopa Geral + 2 A, sem couve-flor; C - Sopa Geral + 2 A, sem massa, passada

A – Refeição Geral + 2 A, sem macedónia, com quinoa na salada; B – Arroz primavera (cogumelos, tomate, curgete e salsa) com salada de cenoura, pepino, quinoa e croutons caseiros, temperada com azeite e ervas aromáticas; C - Refeição Geral + 2 A, sem croutons; D - Refeição Geral + 2 A, sem curgete

Fruta da época – atenção a abacaxi, ananás, banana, maçã e pêra

LANCHE

~~a – Lanche do dia + papa de aveia com leite, maçã e canela;~~ b – Papa de aveia com leite sem lactose, maçã e canela; c - Papa de aveia com Bebida vegetal de amêndoa, maçã e canela; d – Leite sem lactose + fruta; e - Leite sem lactose; f – Bebida vegetal de amêndoa; g - Fruta em substituição do leite

h – Pão com creme de soja; i – Pão com creme vegetal de barrar; j – Pão com creme de soja ou manteiga de amendoim; k - Pão de iogurte com creme vegetal de barrar ou manteiga de amendoim; l - Pão integral com creme vegetal de barrar ou manteiga de amendoim