

Semana de 22 de junho a 26 de junho de 2026

CRECHE

Segunda-feira

Reforço da Manhã	Maçã com tostas
Sopa	Sopa de couve branca
Almoço	Hamburger de peru grelhado com ovo estrelado e arroz de cenoura e sal
Sobremesa	Pêra
Lanche	Leite simples e pão de centeio com manteiga

Terça-feira

Reforço da Manhã	Uva com pão de centeio simples
Sopa	Sopa de espinafres e courgette
Almoço	Robalo grelhado com batata cozida e legumes salteados
Sobremesa	Maçã
Lanche	Cerelac (-40% de açúcares)

Quarta-feira

Reforço da Manhã	S. JOÃO
Sopa	
Almoço	
Sobremesa	
Lanche	

Quinta-feira

Reforço da Manhã	Banana com pão de centeio simples
Sopa	Sopa de couve flor
Almoço	Massa à Lavrador com cenoura e coração estufados
Sobremesa	Melão
Lanche	Leite simples com bolacha de água e sal

Sexta-feira

Reforço da Manhã	Melão com gressinos
Sopa	Sopa de sabóia
Almoço	Arroz de tentáculos de pota com tomate e salsa
Sobremesa	Melancia
Lanche	logurte líquido e pão de centeio com fiambre