

## EMENTA

### Lanche da Manhã

#### Semana de 5 a 9 de janeiro 2026

**Segunda**

**Lanche da manhã** **Leite com Cereais (*Cornflakes*)<sup>1,7,8</sup>**

**Terça**

**Lanche da manhã** **Leite e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**

**Quarta**

**Lanche da manhã** **Fruta com bolacha *Cream Cracker*<sup>1,3,6,7,12</sup>**

**Quinta**

**Lanche da manhã** **Leite e Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>**

**Sexta**

**Lanche da manhã** **Leite e Cereais (*All Bran*)<sup>1,7,8</sup>**

## Lanche da Tarde

**Segunda**

**Lanche da tarde** **Iogurte e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**

**Terça**

**Lanche da tarde** **Leite e Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>**

**Quarta**

**Lanche da tarde** **Leite e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**

**Quinta**

**Lanche da tarde** **Iogurte com bolacha Maria<sup>1,6,7,10,11</sup>**

**Sexta**

**Lanche da tarde** **Pão com fruta<sup>1,8</sup>**

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico 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.

## EMENTA

### Lanche da Manhã

#### Semana de 12 a 16 de janeiro 2026

**Segunda**

**Lanche da manhã** **Leite e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**

**Terça**

**Lanche da manhã** **Leite + Pão com Cereais (*Muesli*)<sup>1,3,5,6,7,8,11,12</sup>**

**Quarta**

**Lanche da manhã** **Leite e Pão com alface<sup>1,7,8</sup>**

**Quinta**

**Lanche da manhã** **Leite com Cereais (*Cornflakes*)<sup>1,7,8</sup>**

**Sexta**

**Lanche da manhã** **Leite e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**

## Lanche da Tarde

**Segunda**

**Lanche da tarde** **Fruta com Bolacha Água e Sal<sup>1,3,6,7,12</sup>**

**Terça**

**Lanche da tarde** **Leite + Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>**

**Quarta**

**Lanche da tarde** **Fruta e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**

**Quinta**

**Lanche da tarde** **Leite e Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>**

**Sexta**

**Lanche da tarde** **Leite + Pão com bolacha Maria<sup>1,6,7,10,11</sup>**

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico 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.

# EMENTA

## Lanche da Manhã

### Semana de 19 a 23 de janeiro 2026

**Segunda**
**Lanche da manhã**
**Leite com Cereais (Cornflakes)<sup>1,7,8</sup>**
**Terça**
**Lanche da manhã**
**Leite e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**
**Quarta**
**Lanche da manhã**
**Fruta com Bolacha *Cream Cracker*  
1,3,6,7,12**
**Quinta**
**Lanche da manhã**
**Iogurte Líquido e Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>**
**Sexta**
**Lanche da manhã**
**Leite e Pão com Queijo<sup>1,7,8</sup>**

## Lanche da Tarde

**Segunda**
**Lanche da tarde**
**Leite e Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>**
**Terça**
**Lanche da tarde**
**Iogurte com bolacha Maria<sup>1,6,7,10,11</sup>**
**Quarta**
**Lanche da tarde**
**Leite e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**
**Quinta**
**Lanche da tarde**
**Leite com Cereais (*All Bran*)<sup>1,7,8</sup>**
**Sexta**
**Lanche da tarde**
**Pão com Fruta<sup>1,8</sup>**

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico 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.

# EMENTA

## Lanche da Manhã

### Semana de 26 a 30 de janeiro 2026

#### **Segunda**

**Lanche da manhã**    **Leite e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**

#### **Terça**

**Lanche da manhã**    **Leite com Cereais (*Cornflakes*)<sup>1,7,8</sup>**

#### **Quarta**

**Lanche da manhã**    **Leite e Pão com alface<sup>1,7,8</sup>**

#### **Quinta**

**Lanche da manhã**    **Leite e Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>**

#### **Sexta**

**Lanche da manhã**    **Leite e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**

## **Lanche da Tarde**

#### **Segunda**

**Lanche da tarde**    **Fruta com Bolachas de Água e Sal<sup>1,3,6,7,12</sup>**

#### **Terça**

**Lanche da tarde**    **Leite e Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>**

#### **Quarta**

**Lanche da tarde**    **Iogurte com Cereais (*Muesli*)<sup>1,3,5,6,7,8,11,12</sup>**

#### **Quinta**

**Lanche da tarde**    **Pão com Fruta<sup>1,8</sup>**

#### **Sexta**

**Lanche da tarde**    **Iogurte com Bolacha Maria<sup>1,7,6,10,11</sup>**

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico 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.

# EMENTA

## Lanche da Manhã

### Semana de 2 a 6 de fevereiro 2026

**Segunda**

**Lanche da manhã** **Leite com Cereais (*Cornflakes*)<sup>1,7,8</sup>**

**Terça**

**Lanche da manhã** **Leite e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**

**Quarta**

**Lanche da manhã** **Fruta com bolacha *Cream Cracker*<sup>1,3,6,7,12</sup>**

**Quinta**

**Lanche da manhã** **Leite e Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>**

**Sexta**

**Lanche da manhã** **Leite e Cereais (*All Bran*)<sup>1,7,8</sup>**

## Lanche da Tarde

**Segunda**

**Lanche da tarde** **iogurte e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**

**Terça**

**Lanche da tarde** **Leite e Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>**

**Quarta**

**Lanche da tarde** **Leite e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**

**Quinta**

**Lanche da tarde** **Leite com bolacha *Maria*<sup>1,6,7,10,11</sup>**

**Sexta**

**Lanche da tarde** **Pão com fruta<sup>1,8</sup>**

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico 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.

## EMENTA

### Lanche da Manhã

#### Semana de 9 a 13 de fevereiro 2026

**Segunda**
**Lanche da manhã**
**Leite e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**
**Terça**
**Lanche da manhã**
**Iogurte com Cereais (*Muesli*)<sup>1,3,5,6,7,8,11,12</sup>**
**Quarta**
**Lanche da manhã**
**Leite e Pão com alface<sup>1,7,8</sup>**
**Quinta**
**Lanche da manhã**
**Iogurte líquido com bolacha Água e Sal<sup>1,3,6,7,12</sup>**
**Sexta**
**Lanche da manhã**
**Leite e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**

### Lanche da Tarde

**Segunda**
**Lanche da tarde**
**Fruta com Bolacha Água e Sal<sup>1,3,6,7,12</sup>**
**Terça**
**Lanche da tarde**
**Leite + Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>**
**Quarta**
**Lanche da tarde**
**Fruta e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**
**Quinta**
**Lanche da tarde**
**Leite e Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>**
**Sexta**
**Lanche da tarde**
**Iogurte com bolacha Maria<sup>1,6,7,10,11</sup>**

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico 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.

# EMENTA

## Lanche da Manhã

### Semana de 16 a 20 de fevereiro 2026

**Segunda**

**Lanche da manhã**    **FERIADO - CARNAVAL**

**Terça**

**Lanche da manhã**    **FERIADO - CARNAVAL**

**Quarta**

**Lanche da manhã**    **FERIADO - CARNAVAL**

**Quinta**

**Lanche da manhã**    **Iogurte e Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>**

**Sexta**

**Lanche da manhã**    **Leite e Pão com Queijo<sup>1,7,8</sup>**

## Lanche da Tarde

**Segunda**

**Lanche da tarde**    **FERIADO - CARNAVAL**

**Terça**

**Lanche da tarde**    **FERIADO - CARNAVAL**

**Quarta**

**Lanche da tarde**    **FERIADO - CARNAVAL**

**Quinta**

**Lanche da tarde**    **Leite com Cereais (*All Bran*)<sup>1,7,8</sup>**

**Sexta**

**Lanche da tarde**    **Pão com Fruta<sup>1,8</sup>**

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico 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.

# EMENTA

## Lanche da Manhã

### Semana de 23 a 27 de fevereiro 2026

#### Segunda

**Lanche da manhã** Leite e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>

#### Terça

**Lanche da manhã** Leite com Cereais (*Cornflakes*)<sup>1,7,8</sup>

#### Quarta

**Lanche da manhã** Leite e Pão com alface<sup>1,7,8</sup>

#### Quinta

**Lanche da manhã** Leite e Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>

#### Sexta

**Lanche da manhã** Leite e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>

## Lanche da Tarde

#### Segunda

**Lanche da tarde** Fruta com Bolachas de Água e Sal<sup>1,3,6,7,12</sup>

#### Terça

**Lanche da tarde** Leite e Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>

#### Quarta

**Lanche da tarde** Iogurte com Cereais (*Muesli*)<sup>1,3,5,6,7,8,11,12</sup>

#### Quinta

**Lanche da tarde** Pão com Fruta<sup>1,8</sup>

#### Sexta

**Lanche da tarde** Iogurte com Bolacha Maria<sup>1,7,8,10,11</sup>

# EMENTA

## Lanche da Manhã

### Semana de 2 a 6 de março de 2026

#### **Segunda**

**Lanche da manhã**

**Leite com Cereais (Cornflakes)<sup>1,7,8</sup>**

#### **Terça**

**Lanche da manhã**

**Leite e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**

#### **Quarta**

**Lanche da manhã**

**Fruta com bolacha *Cream Cracker*  
1,3,6,7,12**

#### **Quinta**

**Lanche da manhã**

**Leite e Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>**

#### **Sexta**

**Lanche da manhã**

**Leite e Cereais (*All Bran*)<sup>1,7,8</sup>**

## Lanche da Tarde

#### **Segunda**

**Lanche da tarde**

**Iogurte e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**

#### **Terça**

**Lanche da tarde**

**Leite e Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>**

#### **Quarta**

**Lanche da tarde**

**Leite e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**

#### **Quinta**

**Lanche da tarde**

**Iogurte líquido com bolacha Maria<sup>1,6,7,10,11</sup>**

#### **Sexta**

**Lanche da tarde**

**Pão com fruta<sup>1,8</sup>**

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico 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.

## EMENTA

### Lanche da Manhã

#### Semana de 9 a 13 de março de 2026

##### **Segunda**

**Lanche da manhã** **Leite e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**

##### **Terça**

**Lanche da manhã** **Iogurte com Cereais (Muesli)<sup>1,3,5,6,7,8,11,12</sup>**

##### **Quarta**

**Lanche da manhã** **Leite e Pão com alface<sup>1,7,8</sup>**

##### **Quinta**

**Lanche da manhã** **Leite com Cereais (Cornflakes)<sup>1,7,8</sup>**

##### **Sexta**

**Lanche da manhã** **Leite e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**

## Lanche da Tarde

##### **Segunda**

**Lanche da tarde** **Fruta com Bolacha Água e Sal<sup>1,3,6,7,12</sup>**

##### **Terça**

**Lanche da tarde** **Leite + Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>**

##### **Quarta**

**Lanche da tarde** **Fruta e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**

##### **Quinta**

**Lanche da tarde** **Leite e Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>**

##### **Sexta**

**Lanche da tarde** **Iogurte com bolacha Maria<sup>1,6,7,10,11</sup>**

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico 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.

# EMENTA

## Lanche da Manhã

### Semana de 16 a 20 de março de 2026

**Segunda**

**Lanche da manhã** **Leite e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**

**Terça**

**Lanche da manhã** **Leite com Cereais (Cornflakes)<sup>1,7,8</sup>**

**Quarta**

**Lanche da manhã** **Fruta com Bolacha *Cream Cracker*<sup>1,3,6,7,12</sup>**

**Quinta**

**Lanche da manhã** **Iogurte e Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>**

**Sexta**

**Lanche da manhã** **Leite e Pão com Queijo<sup>1,7,8</sup>**

## Lanche da Tarde

**Segunda**

**Lanche da tarde** **Leite com bolacha Maria<sup>1,6,7,10,11</sup>**

**Terça**

**Lanche da tarde** **Leite e Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>**

**Quarta**

**Lanche da tarde** **Leite e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**

**Quinta**

**Lanche da tarde** **Leite com Cereais (*All Bran*)<sup>1,7,8</sup>**

**Sexta**

**Lanche da tarde** **Pão com Fruta<sup>1,8</sup>**

# EMENTA

## Lanche da Manhã

### Semana de 23 a 27 de março de 2026

#### **Segunda**

**Lanche da manhã**

**Leite e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**

#### **Terça**

**Lanche da manhã**

**Leite com Cereais (*Cornflakes*)<sup>1,7,8</sup>**

#### **Quarta**

**Lanche da manhã**

**Leite e Pão com alface<sup>1,7,8</sup>**

#### **Quinta**

**Lanche da manhã**

**Leite e Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>**

#### **Sexta**

**Lanche da manhã**

**Leite e Pão com queijo<sup>1,7,8</sup>**

## Lanche da Tarde

#### **Segunda**

**Lanche da tarde**

**Fruta com Bolachas de Água e Sal<sup>1,3,6,7,12</sup>**

#### **Terça**

**Lanche da tarde**

**Leite e Pão com manteiga<sup>1,7,8</sup>**

#### **Quarta**

**Lanche da tarde**

**Iogurte com Cereais (*Muesli*)<sup>1,3,5,6,7,8,11,12</sup>**

#### **Quinta**

**Lanche da tarde**

**Pão com Fruta<sup>1,8</sup>**

#### **Sexta**

**Lanche da tarde**

**Iogurte com Bolacha Maria<sup>1,7,6,10,11</sup>**

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico 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.

## Ementa I

Dia	Lanche da Manhã	Lanche da Tarde
Segunda	Leite com Cereais ( <i>Cornflakes</i> )	logurte e Pão com queijo <sup>1,7,8</sup>
Terça	Leite e Pão com queijo <sup>1,7,8</sup>	Leite e Pão com manteiga <sup>1,7,8</sup>
Quarta	Fruta com bolacha <i>Cream Cracker</i> <sup>1,3,6,7,12</sup>	Leite e Pão com queijo <sup>1,7,8</sup>
Quinta	Leite e Pão com manteiga <sup>1,7,8</sup>	logurte com bolacha Maria <sup>1,6,7,10,11</sup>
Sexta	Leite e Cereais ( <i>All Bran</i> ) <sup>1,7,8</sup>	Pão com fruta <sup>1,8</sup>

## Ementa II

Dia	Lanche da Manhã	Lanche da Tarde
Segunda	Leite e Pão com queijo <sup>1,7,8</sup>	Fruta com Bolacha Água e Sal <sup>1,3,6,7,12</sup>
Terça	logurte com Cereais ( <i>Muesli</i> ) <sup>1,3,5,6,7,8,11,12</sup>	Leite + Pão com manteiga <sup>1,7,8</sup>
Quarta	Leite e Pão com alface <sup>1,7,8</sup>	Fruta e Pão com queijo <sup>1,7,8</sup>
Quinta	Leite com Cereais ( <i>Cornflakes</i> ) <sup>1,7,8</sup>	Leite e Pão com manteiga <sup>1,7,8</sup>
Sexta	Leite e Pão com queijo <sup>1,7,8</sup>	logurte com bolacha Maria <sup>1,6,7,10,11</sup>

## Ementa III

Dia	Lanche da Manhã	Lanche da Tarde
Segunda	Leite + Cereais ( <i>Cornflakes</i> )	Leite + Pão com manteiga
Terça	Leite + Pão com queijo	logurte + bolacha maria
Quarta	Fruta com Bolacha <i>Cream Cracker</i> <sup>1,3,6,7,12</sup>	Leite + Pão com queijo
Quinta	*logurte Líquido e Pão com manteiga <sup>1,7,8</sup>	Leite com Cereais ( <i>All Bran</i> ) <sup>1,7,8</sup>
Sexta	Leite + Pão com queijo	Pão com Fruta <sup>1,8</sup>

## Ementa IV

Dia	Lanche da Manhã	Lanche da Tarde
Segunda	Leite e Pão com queijo <sup>1,7,8</sup>	Fruta com Bolachas de Água e Sal <sup>1,3,6,7,12</sup>
Terça	Leite com Cereais ( <i>Cornflakes</i> ) <sup>1,7,8</sup>	Leite e Pão com manteiga <sup>1,7,8</sup>
Quarta	Leite e Pão com alface <sup>1,7,8</sup>	logurte com Cereais ( <i>Muesli</i> ) <sup>1,3,5,6,7,8,11,12</sup>
Quinta	Leite e Pão com manteiga <sup>1,7,8</sup>	Pão com Fruta <sup>1,8</sup>
Sexta	Leite + Pão com queijo	logurte com Bolacha Maria <sup>1,7,6,10,11</sup>

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico 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.

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico 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.

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico 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.

Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações

Se é alérgico 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.