

ementa Semanal



LEARNING INTERNATIONAL SCHOOL
COLÉGIO NOVO
DA MAIA



LEARNING INTERNATIONAL SCHOOL
COLÉGIO NOVO
DE GAIA

Semana de 1 a 5 Junho de 2026

Creche e Pré-escolar

Segunda
Lanche de Prolongamento

Tostas integrais + queijo triângulo + palitos de cenoura

Lanche da Tarde

Iogurte líquido** + pão de cereais com manteiga

Terça
Lanche de Prolongamento

Pão de leite caseiro* com fatia de queijo + fruta fresca madura da época

Lanche da Tarde

Bowl de iogurte, aveia, chia, e fruta fresca da época

Quarta
Lanche de Prolongamento

Iogurte sólido + fruta fresca da época + Tortitas de milho

Lanche da Tarde

Leite simples (com cevada, canela ou vagem de baunilha: opcional) + Bolo caseiro de cenoura*

Quinta
Lanche de Prolongamento

FERIADO

Lanche da Tarde

0

Sexta
Lanche de Prolongamento

Iogurte sólido + Tortitas de arroz simples + Fruta da época

Lanche da Tarde

Leite simples (cevada, canela ou vagem de baunilha: opcional) + Pão de cereais com queijo fresco de barrar

* Sem adição de açúcar

** Para sala 1 ano, o iogurte deverá ser sólido

^ Após 3 anos (alternativa: manteiga)

Ementa elaborada por: Patrícia Martins (Nutricionista CP 1151N)



Alergénios, informe-se, por favor, junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante.
| Declaração nutricional por 100g/100ml de produto | Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações ASAE Rua Rodrigo da
Fonseca 73, 1250-096 Lisboa | Allergens: Please get more information with our staff. Cross contaminations in the restaurant can
not be excluded | Nutritional information presented per 100g/100ml of product | This establishment has complaints book.

