

Ementa semanal



LEARNING INTERNATIONAL SCHOOL
COLÉGIO NOVO
DA MATA



LEARNING INTERNATIONAL SCHOOL
COLÉGIO NOVO
DE GAIA

Bercário e 1 ano

Semana de 6 a 10 Julho de 2026

BERÇÁRIO

SALA 1 ANO

Segunda-feira

Sopa Sopa de introdução / 1º grupo/2º Grupo

Prato Principal Arroz Colorido (ervilhas, cenoura, ovo mexido) com brócolos

Sobremesa Creme de pera

Sopa de feijão-verde e tomilho

Arroz Colorido (ervilhas, cenoura, ovo mexido) com brócolos

Fruta variada da época

Terça-feira

Sopa Sopa de introdução / 1º grupo/2º Grupo

Prato Principal Salada de Salmão grelhado, batata e repolho

Sobremesa Creme de maçã

Sopa de couve coração com feijão branco

Salada de Salmão grelhado, batata e repolho

Fruta variada da época

Quarta-feira

Sopa Sopa de introdução / 1º grupo/2º Grupo

Prato Principal Estufadinho de novilho (picado) ao natural com feijão-verde e massa aletria

Sobremesa Banana

Sopa de brócolos

Macarronete à bolonhesa

Fruta variada da época

Quinta-feira

Sopa Sopa de introdução / 1º grupo/2º Grupo

Prato Principal Arroz malandrinho de pescada e cenoura

Sobremesa Creme de pera

Sopa de abóbora e feijão verde

Arroz malandrinho de pescada e cenoura

Fruta variada da época

Sexta-feira

Sopa Sopa de introdução / 1º grupo/2º Grupo

Prato Principal Massa penne com frango e cubinhos de abóbora

Sobremesa Creme de maçã

Creme de espinafres

Massa penne com frango e cubinhos de abóbora

Fruta variada da época

Ementa elaborada pela Nutricionista do CNM/ CNG: Patrícia Martins (CP1151N)

* Todos os dias, as crianças têm à disposição na sua mesa uma travessa de variados vegetais crus e cozinhados, dos quais se poderão servir de forma autónoma e/ou com ajuda.



FOOD with PURPOSE
Eurest