

Menu Semanal



LEARNING INTERNATIONAL SCHOOL
COLÉGIO NOVO
DA MAIA



LEARNING INTERNATIONAL SCHOOL
COLÉGIO NOVO
DE GAIA

•• Lanches ••

Semana de 20 a 24 Julho de 2026

1º, 2º e 3º ciclos

Segunda

Meio da Manhã Pão de mistura com manteiga + Leite simples (cevada, canela ou vagem de baunilha: opcional)

Lanche da Tarde Iogurte líquido + Panquecas caseiras de aveia e maçã

Terça

Meio da Manhã Iogurte sólido + fruta fresca madura da época

Lanche da Tarde Leite simples (cevada, canela ou vagem de baunilha: opcional) + Pão de leite caseiro* com fatia de queijo

Quarta

Meio da Manhã Pão de cereais torrado com manteiga + fruta fresca madura da época

Lanche da Tarde Bowl: iogurte, fruta, cereais puff de arroz (mel opcional)

Quinta

Meio da Manhã Fruta fresca madura da época + Bolachas caseiras de aveia e chocoepitas

Lanche da Tarde Iogurte sólido natural com mel + Torradas em pão de forma de mistura com azeite e orégãos

Sexta

Meio da Manhã Tostas integrais + queijo triângulo + fruta fresca madura da época

Lanche da Tarde Leite simples (cevada, canela ou vagem de baunilha : opcional) + pão de mistura com queijo fresco

* Sem adição de açúcar



Nota: o pão de forma é confeccionado na padaria tradicional, não sendo portanto embalado.

Menu 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.

