

Menu Semanal



LEARNING INTERNATIONAL SCHOOL
COLÉGIO NOVO
DE GAIA

•• Lanches ••

Semana de 20 a 24 Julho de 2026

Creche e Pré-escolar

Segunda

Lanche de Prolongamento

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

Lanche de Prolongamento

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

Lanche de Prolongamento

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

Lanche da Tarde

Bowl: iogurte, fruta, cereais puff de arroz (mel opcional^)*

Quinta

Lanche de Prolongamento

Fruta fresca madura da época + Bolachas caseiras de aveia e choco pepitas***

Lanche da Tarde

Iogurte sólido natural com mel^ + Torradas em pão de forma de mistura com azeite e orégãos

Sexta

Lanche de Prolongamento

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

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

*** Para a sala 1 ano servir sem pepitas



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.

