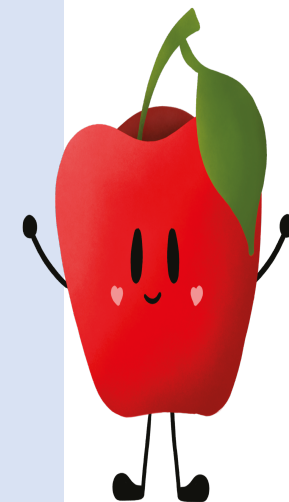




27 A 30 ABRIL | 3 - 5 ANOS

2025/2026

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	<b>SOPA:</b> SOPA DE COUVE CORAÇÃO <b>PRATO:</b> BOLONHESA DE CARNES COM ESPARGUETE <sup>1,3</sup> <b>HORTÍCOLAS:</b> COUVE ROXA E CENOURA RASPADAS <b>SOBREMESA:</b> FRUTA DA ÉPOCA	<b>SOPA:</b> CREME DE ESPINAFRES E ABÓBORA <b>PRATO:</b> MEDALHÕES DE PESCADA NO FORNO COM BATATINHAS ASSADAS <sup>4</sup> <b>HORTÍCOLAS:</b> SALADA DE TOMATE <b>SOBREMESA:</b> FRUTA DA ÉPOCA	<b>SOPA:</b> SOPA DE REPOLHO <b>PRATO:</b> ROJÕES COM BATATA ALOURADA <sup>12</sup> <b>HORTÍCOLAS:</b> SALADA MISTA <b>SOBREMESA:</b> FRUTA DA ÉPOCA	<b>SOPA:</b> CREME DE LEGUMES COM ERVILHAS <b>PRATO:</b> ARROZ DE ATUM COM OVO <sup>3,4</sup> <b>HORTÍCOLAS:</b> SALADA DE ALFACE <b>SOBREMESA:</b> FRUTA DA ÉPOCA	<b>FERIADO</b>
LANCHE DA MANHÃ	PÃO DE MISTURA E BANANA <sup>1</sup>	TOSTINHA/PÃO DE MISTURA COM MAÇÃ <sup>1</sup>	TOMATE CHERRY/PEPINO BIOLÓGICOS E FATIA DE QUEIJO <sup>7</sup>	IOGURTE NATURAL COM FLOCOS/FARINHA DE AVEIA <sup>1,6,7,11</sup>	
LANCHE DA TARDE	IOGURTE NATURAL COM PÃO DE MISTURA COM MANTEIGA <sup>1,7</sup>	LEITE MEIO GORDO SIMPLES E PÃO COM QUEIJO <sup>1,7</sup>	IOGURTE NATURAL E PÃO DE MISTURA COM QUEIJO TRIÂNGULO <sup>1,7</sup>	LEITE MEIO GORDO SIMPLES E CEREAIS DE MILHO <sup>1,3,7</sup>	
MERENDA DA TARDE	FRUTA FRESCA COM FLOCOS/FARINHA DE AVEIA <sup>1,6,11</sup>	IOGURTE NATURAL COM CEREAIS DE MILHO <sup>1,7,8</sup>	OVO COZIDO COM PÃO DE MISTURA <sup>1,3</sup>	TOSTA/PÃO DE MISTURA E PERA <sup>1</sup>	



## NOTAS

A EMENTA PODERÁ SER ALTERADA POR MOTIVOS IMPREVISTOS.

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:

1. Glúten; 2. Crustáceos/Marisco; 3. Ovos; 4. Peixe e produtos à base de peixe; 5. Amendoins; 6. Soja; 7. Leite/Lactose; 8. Frutos de Casca Rija; 9. Aipo; 10. Mostarda; 11. Sementes de sésamo; 12. Dióxido de Enxofre e Sulfitos; 13. Tremoços; 14. Moluscos

(Decreto-Lei n.º 26/2016 de 9 de junho e Anexo II do Regulamento (UE) n.º 1169/2011 de 25 de outubro)



## Cada cidadão da União Europeia desperdiça 132 kg de alimentos por ano!

Segundo a Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO), cerca de **um terço de todos os alimentos produzidos** no mundo são perdidos ou desperdiçados em alguma das fases da cadeia de abastecimento alimentar.

Na UE, desperdiçam-se mais de 59 milhões de toneladas de alimentos todos os anos, o que equivale a 132kg de alimentos por pessoa.

FONTE: <https://www.consilium.europa.eu/pt/policies/food-waste/>