



## Centro Social Paroquial Santa Catarina

### EMENTA CRECHE E PRÉ-ESCOLAR –

18 a 22 de maio de 2026



		Salas 1 e 2	Salas 3, 4, 5, 6 e CATL
<b>Segunda-Feira</b>	Sopa	Legumes (frango)	Legumes
	Prato	Frango estufado com arroz simples, alface e tomate <sup>12</sup>	Rojões de porco com arroz de feijão, alface <sup>6,12,13</sup>
	Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
<b>Terça-Feira</b>	Sopa	Legumes (pescada) <sup>4</sup>	Brócolos
	Prato	Salada Russa de pescada <sup>4,12</sup>	Salada Russa de Atum <sup>3,4,6,12,14</sup>
	Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
<b>Quarta-Feira</b>	Sopa	Legumes (perú)	Espinafres
	Prato	Galo estufado com arroz de ervilhas, alface e tomate <sup>12</sup>	Galo guisado com arroz de ervilhas, alface e tomate <sup>12</sup>
	Sobremesa	Fruta Cozida	Gelatina
<b>Quinta-Feira</b>	Sopa	Legumes (abrótea) <sup>4</sup>	Grão com couve-flor
	Prato	Peixe assado com batata e couves cozidas <sup>4,12</sup>	Peixe assado com batata e couves cozidas <sup>4,12</sup>
	Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
<b>Sexta-Feira</b>	Sopa	Legumes (frango)	Caldo-Verde
	Prato	Massada de carnes brancas, alface <sup>1,3</sup>	Lasanha de carne com legumes, alface e tomate <sup>1,3,7,12</sup>
	Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época

**Observações:** A ementa pode estar sujeita a alterações por motivos alheios

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias: <sup>1</sup>Cereais que contêm glúten, <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Ovos, <sup>4</sup>Peixes, <sup>5</sup>Amendoins, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leite, <sup>8</sup>Frutos de casca rija, <sup>9</sup>Aipo, <sup>10</sup>Mostarda, <sup>11</sup>Sementes de sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de enxofre e sulfitos, <sup>13</sup>Tremoço, <sup>14</sup>Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

  
 Nutricionista Filipe Oliveira (CP2882N)