

# 1ª semana (1 a 5/7) Pré-Escolar

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Pequeno-almoço	<b>Praia</b> Arrufada Iogurte líquido Fruta	<b>Exterior- Hello Parque</b> Pão com queijo Sumo Fruta	<b>Praia</b> Pão de leite com manteiga Fruta Iogurte líquido	<b>Escola</b> Vianinha com manteiga Ice Tea Fruta	<b>Praia</b> Iogurte líquido Fruta/Palitos Cenoura
Almoço	<b>Ementa do Dia</b>	<b>Exterior: Hello Parque</b> Massa com atum, milho e brócolos e cenoura ralada Água e fruta	<b>Ementa do Dia</b>	<b>Ementa do Dia</b>	<b>Ementa do Dia</b>
Lanche	Lanche na escola	Lanche na escola	Lanche na escola	Lanche na escola	Lanche na escola

## 2ª semana (08 a 12/7) – Pré-Escolar

	<b>Segunda-feira</b>	<b>Terça-feira</b>	<b>Quarta-feira</b>	<b>Quinta-feira</b>	<b>Sexta-feira</b>
<b>Pequeno-almoço</b>	<b>Praia</b> Madalenas Cenoura Iogurte líquido	<b>Exterior- Feijão Verde</b> Bolacha de arroz Fruta	<b>Praia</b> Arrufada Fruta	<b>Escola</b> Pão com manteiga	<b>Praia</b> Bola de Berlim Iogurte líquido
<b>Almoço</b>	<b>Ementa do Dia</b>	<b>Exterior- Feijão Verde</b> Hambúrguer (queijo, alface e tomate) Batatas fritas Sumo fruta	<b>Ementa do Dia</b>	<b>Ementa do Dia</b>	<b>Ementa do dia</b>
<b>Lanche</b>	Lanche da escola	Lanche da escola	Lanche da escola	Lanche da escola	Lanche da escola

### 3ª semana (15 a 19/7) – Pré-Escolar

	<b>Segunda-feira</b>	<b>Terça-feira</b>	<b>Quarta-feira</b>	<b>Quinta-feira</b>	<b>Sexta-feira</b>
<b>Pequeno-almoço</b>	<b>Praia</b> Arrufada Iogurte líquido Fruta	<b>Escola</b> Carcaça com manteiga fruta	<b>Praia</b> Bola de Berlim Iogurte líquido Fruta	<b>Exterior- Cantinho dos Póneis</b> Pão de leite com manteiga	<b>Praia</b> Barrita cereais banana
<b>Almoço</b>	<b>Ementa do Dia</b>	<b>Ementa</b>	<b>Ementa do Dia</b>	<b>Exterior- Cantinho dos Póneis</b> Croquetes, tomate cherry/batatas fritas fruta Água	<b>Ementa do Dia</b>
<b>Lanche</b>	Lanche da escola	Lanche da escola	Lanche da escola	Lanche da escola	Lanche da escola

## 1ª semana (1 a 5/7) 1º Ciclo

	<b>Segunda-feira</b>	<b>Terça-feira</b>	<b>Quarta-feira</b>	<b>Quinta-feira</b>	<b>Sexta-feira</b>
<b>Pequeno-almoço</b>	<b>Exterior- Piscinas Santarém</b> Merenda Iogurte líquido Fruta	<b>Escola: Piscina</b> Pão com queijo Sumo Fruta	<b>Praia</b> Pão com chouriço Sumo Fruta	<b>Praia</b> Bola de Berlim Ice Tea Fruta	<b>Exterior: Oceanário</b> Pão de leite com manteiga Iogurte líquido
<b>Almoço</b>	<b>Exterior- Piscinas Santarém</b> Fruta Croquetes, batata frita e cenoura ralada/tomate Água Fruta	<b>Ementa do Dia</b>	<b>Ementa do Dia</b>	<b>Ementa do Dia</b>	<b>Ementa do Dia</b>
<b>Lanche</b>	Lanche da Escola	Lanche da Escola	Lanche da Escola	Lanche da Escola	Lanche da Escola

## 2ª semana (08 a 12/7) – 1ª Ciclo

	<b>Segunda-feira</b>	<b>Terça-feira</b>	<b>Quarta-feira</b>	<b>Quinta-feira</b>	<b>Sexta-feira</b>
<b>Pequeno-almoço</b>	<b>Praia</b> Bola de Berlim Iogurte líquido Fruta	<b>Escola: Piscina</b> Bolo Caseiro Iced Tea	<b>Exterior: Kidzania</b> <b>Comem na escola</b> Pão de leite com manteiga Sumo	<b>Praia</b> Pão de Deus Sumo Fruta	<b>Praia</b> Pão com Chouriço Iced Tea
<b>Almoço</b>	<b>Ementa do Dia</b>	<b>Ementa do dia</b>	<b>Exterior: Kidzânia</b> Almoço fornecido pela Kidzania	<b>Ementa do Dia</b>	<b>Ementa do Dia</b>
<b>Lanche</b>	Lanche da Escola	Lanche da Escola	Lanche da Escola	Lanche da Escola	Lanche da Escola

### 3ª semana (15 a 19/7) – 1ª Ciclo

	<b>Segunda-feira</b>	<b>Terça-feira</b>	<b>Quarta-feira</b>	<b>Quinta-feira</b>	<b>Sexta-feira</b>
<b>Pequeno-almoço</b>	<b>Praia</b> Merenda Iogurte líquido Fruta	<b>Escola: Jogos aquáticos</b> Pão com queijo Sumo	<b>Praia</b> Bola de Berlim Ice Tea Fruta	<b>Praia</b> Pão com chouriço Iced Tea	<b>Exterior: My Camp</b> Pão de leite com manteiga Sumo
<b>Almoço</b>	<b>Ementa do Dia</b>	<b>Ementa do Dia</b>	<b>Exterior: Fun Parque</b> Panados, batatas fritas, cenoura/tomates Água Fruta	<b>Ementa do dia</b>	<b>Exterior: My Camp</b> Massa tricolor com atum cenoura ralada Água Fruta
<b>Lanche</b>	Lanche da Escola	Lanche da Escola	Lanche da Escola	Lanche da Escola	Lanche da Escola

## 1ª semana (17 a 21/6) 2º e 3º ciclo

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Pequeno-almoço	<b>Praia</b> Arrufada Fruta Sumo	<b>MyCamp</b> Bola de Berlim Ice tea Fruta	<b>Jogos aquáticos -Escola</b> Bolo caseiro Fruta	<b>Praia</b> Pão com chouriço Sumo Fruta	<b>Praia</b> Pão de leite com manteiga Iogurte líquido Cenoura
Almoço	<b>Ementa do Dia</b>	<b>Ementa do Dia</b>	<b>Ementa do Dia</b>	<b>Exterior-</b> Panado de Frango Batatas frita e cenoura Fruta Sumo	<b>Ementa do Dia</b>
Lanche	Cereais com leite Fruta	Pão de mistura Queijo/fiambre Leite	Cornflakes com leite	Bolinhas de alfarrofa com manteiga Leite Fruta	Pão de banana Leite Fruta

## 2ª semana (24 a 28/6) - 2º e 3º ciclo

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Pequeno-almoço	<b>Praia</b> Bola de Berlim Iogurte líquido Fruta	<b>Escola- Piscina</b> Arrufada Iced Tea fruta	<b>Piscinas Santarém</b> Bolo caseiro Sumo Fruta	<b>Praia</b> Pão de Deus com Sumo Fruta	<b>Praia</b> Pão com Chouriço Iced Tea
Almoço	<b>Ementa do Dia</b>	<b>Ementa do dia</b>	<b>Ementa do Dia</b>	<b>Exterior- Fun Parque</b> Arroz de aves com salada Sumo fruta	<b>Ementa do dia</b>
Lanche	Vianinha com manteiga Leite	Cereais com leite Fruta	Bolinhas de mistura com fiambre Iogurte líquido	Cornflakes com leite e fruta	Pão de leite com fiambre e Leite

### 3ª semana (01 a 5/7) - 2º e 3º ciclo

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Pequeno-almoço	<p><b>Praia</b> Pão de leite com manteiga Iced Tea</p>	<p><b>Praia</b> Bola de Berlim Iogurte líquido Fruta</p>	<p><b>Praia</b> Bolo de Arroz Iogurte líquido</p>	<p><b>Piscina</b> Arrufada Iogurte</p>	<p><b>Exterior- My Camp</b> Madalena Iogurte líquido</p>
Almoço	<p><b>Ementa do dia</b></p>	<p><b>Ementa do dia</b></p>	<p><b>Ementa do dia</b></p>	<p><b>Ementa do dia</b></p>	<p><b>Exterior- My Camp</b> Hambúrguer no pão com queijo, salada e batatas Fritas (ketchup e maionese) Sumo</p>
Lanche	<p>Cereais com leite Fruta</p>	<p>Vianinha com queijo/fiambre leite</p>	<p>Bolinhas de alfarrofa com manteiga/queijo Leite</p>	<p>Sandes ovo mexido Sumo</p>	<p><b>Exterior- My Camp</b> Merenda Fruta Água</p>

## 4ª semana (08 a 12/7) - 2º e 3º ciclo

	<b>Segunda-feira</b>	<b>Terça-feira</b>	<b>Quarta-feira</b>	<b>Quinta-feira</b>	<b>Sexta-feira</b>
<b>Pequeno-almoço</b>	<b>Praia</b> Pão de leite com manteiga Iced Tea	<b>Jogos Aquáticos</b> Bola de Berlim Iogurte líquido Fruta	<b>Escola-Piscina</b> Bolo de Arroz Iogurte líquido	<b>Praia</b> Arrufada Iogurte	<b>Piscina Santarém</b> Madalena Iogurte líquido
<b>Almoço</b>	<b>Ementa do dia</b>	<b>Ementa do dia</b>	<b>Ementa do dia</b>	<b>Ementa do dia</b>	<b>Ementa do dia</b>
<b>Lanche</b>	Cereais com leite Fruta	Vianinha com queijo/fiambre leite	Bolinhas de alfarrofa com manteiga/queijo Leite	Sandes ovo mexido Sumo	Merenda Fruta Água

## 5ª semana (15 a 19/7) - 2º e 3º ciclo

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>Pequeno-almoço</b>	<p><b>Praia</b></p> <p>Pão de leite com manteiga</p> <p>Iced Tea</p>	<p><b>Escola- Piscina</b></p>	<p><b>Praia</b></p> <p>Bola de Berlim</p> <p>logurte líquido</p> <p>Fruta</p>	<p><b>Jogos Aquáticos</b></p> <p>Arrufada</p> <p>logurte</p>	<p><b>MyCamp</b></p> <p>Madalena</p> <p>logurte líquido</p>
<b>Almoço</b>	<p><b>Ementa do dia</b></p>	<p><b>Ementa do dia</b></p>	<p><b>Exterior- Fun Parque</b></p> <p>Massa tricolor com atum, milho e brócolos</p> <p>Sumo</p> <p>Fruta</p>	<p><b>Ementa do dia</b></p>	<p><b>Exterior- Jardim Zoológico</b></p> <p>Croquetes com batatas fritas e cenoura</p> <p>Sumo</p> <p>Fruta</p>
<b>Lanche</b>	<p>Cereais com leite</p> <p>Fruta</p>	<p>Vianinha com queijo/fiambre</p> <p>leite</p>	<p>Bolinhas de alfarrofa com manteiga/queijo</p> <p>Leite</p>	<p>Sandes ovo mexido</p> <p>Sumo</p>	<p>Pão de leite com manteiga</p> <p>Leite</p>