



EMENTA

Semana de 05-10-2020 a 09-10-2020

SEGUNDA FEIRA	
SOPA	
PRATO DO DIA	
CRECHE	FERIADO
VEGETARIANO	
SOBREMESA	

TERÇA FEIRA	
SOPA	<i>JULIANA</i>
PRATO DO DIA	<i>EMPADÃO DE CARNE</i>
CRECHE	<i>EMPADÃO DE CARNE</i>
VEGETARIANO	<i>EMPADÃO DE SOJA</i>
SOBREMESA	<i>FRUTA DA ÉPOCA</i>

QUARTA FEIRA	
SOPA	<i>NABIÇAS</i>
PRATO DO DIA	<i>LULAS ESTUFADAS C/ LEGUMES E ARROZ</i>
CRECHE	<i>LULAS/PEIXE ESTUFADO C/ LEGUMES E ARROZ</i>
VEGETARIANO	<i>TOFU ESTUFADO C/ LEGUMES E ARROZ</i>
SOBREMESA	<i>FRUTA DA ÉPOCA</i>

QUINTA FEIRA	
SOPA	<i>ESPINAFRES</i>
PRATO DO DIA	<i>CARNE ASSADA C/ ESPARGUETE</i>
CRECHE	<i>CARNE ASSADA C/ ESPARGUETE</i>
VEGETARIANO	<i>SEITAN ASSADO C/ ESPARGUETE</i>
SOBREMESA	<i>FRUTA DA ÉPOCA</i>

SEXTA FEIRA	
SOPA	<i>AGRIÃO</i>
PRATO DO DIA	<i>PESCADA NO FORNO C/ BATATNHAS</i>
CRECHE	<i>PESCADA NO FORNO C/ BATATTINHAS</i>
VEGETARIANO	<i>TORTILHA DE LEGUMES</i>
SOBREMESA	<i>FRUTA DA ÉPOCA</i>

- NOTA:
- Ementas sujeitas a alterações de última hora.
 - O prato do dia é acompanhado por salada ou legumes.

EMENTA

Semana de 12-10-2020 a 16-10-2020

SEGUNDA FEIRA	
SOPA	CREME DE CENOURA
PRATO DO DIA	BIFINHOS C/ COGUMELOS E ESPARGUETE
CRECHE	BIFINHOS C/ COGUMELOS E ESPARGUETE
VEGETARIANO	BIFINHOS (SOJA) C/ COGUMELOS E ESPARGUETE
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

TERÇA FEIRA	
SOPA	FEIJÃO VERDE
PRATO DO DIA	PEIXE COZIDO C/ BATATAS E LEGUMES
CRECHE	PEIXE COZIDO C/ BATATAS E LEGUMES
VEGETARIANO	OVO COZIDO C/ BATATAS E LEGUMES
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

QUARTA FEIRA	
SOPA	CANJA
PRATO DO DIA	FRANGO ASSADO C/ ARROZ DE CENOURA
CRECHE	FRANGO ASSADO C/ AROOZ DE CENOURA
VEGETARIANO	SEITAN ESTUFADO C/ ARROZ DE CENOURA
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

QUINTA FEIRA	
SOPA	LEGUMES
PRATO DO DIA	LOMBINHOS DE PESCADA GRATINADOS C/ PURÉ DE BATATA
CRECHE	LOMBINHOS DE PESCADA GRATINADOS C/ PURÉ DE BATATA
VEGETARIANO	TOFU C/ LEGUMES E PURÉ DE BATATA
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

SEXTA FEIRA	
SOPA	ALHO FRANCÊS
PRATO DO DIA	ARROZ DE PATO
CRECHE	ARROZ DE PATO
VEGETARIANO	ARROZ DE LEGUMES C/ SOJA
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

- NOTA:
- Ementas sujeitas a alterações de última hora.
 - O prato do dia é acompanhado por salada ou legumes.



EMENTA

Semana de 19-10-2020 a 23-10-2020

SEGUNDA FEIRA	
SOPA	CREME DE ABÓBORA
PRATO DO DIA	DOURADINHOS NO FORNO C/ ARROZ PRIMAVERA
CRECHE	DOURADINHOS NO FORNO C/ ARROZ PRIMAVERA
VEGETARIANO	DOURADINHOS DE VEGETAIS C/ ARROZ PRIMAVERA
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

TERÇA FEIRA	
SOPA	NABIÇAS
PRATO DO DIA	CARNE GUISADA C/ MACARRONETE
CRECHE	CARNE GUISADA C/ MACARRONETE
VEGETARIANO	SOJA GUISADA C/ MACARRONETE
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

QUARTA FEIRA	
SOPA	JULIANA
PRATO DO DIA	BACALHAU À BRÁS
CRECHE	FRANGO À PORTUGUESA
VEGETARIANO	LEGUMES À BRÁS
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

QUINTA FEIRA	
SOPA	FEIJÃO VERDE
PRATO DO DIA	STROGONOF DE PORCO/PERÚ C/ ESPARGUETE
CRECHE	BIFINHOS DE PERÚ C/ ESPARGUETE
VEGETARIANO	STROGONOF DE SEITAN C/ ESPARGUETE
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

SEXTA FEIRA	
SOPA	LEGUMES
PRATO DO DIA	PEIXE ESPADDA C/ ARROZ DE TOMATE
CRECHE	PEIXE ESPADA C/ ARROZ DE TOMATE
VEGETARIANO	BIFES DE TOFU C/ ARROZ DE TOMATE
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

- NOTA:
- Ementas sujeitas a alterações de última hora.
 - O prato do dia é acompanhado por salada ou legumes.



EMENTA

Semana de 26-10-2020 a 30-10-2020

SEGUNDA FEIRA	
SOPA	CREME DE COURGETE
PRATO DO DIA	ROLO DE CARNE C/ FUSILI
CRECHE	ROLO DE CARNE C/ FUSILI
VEGETARIANO	ROLO DE SOJA C/ FUSILI
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

TERÇA FEIRA	
SOPA	ALHO FRANCÊS
PRATO DO DIA	ARROZ DE POLVO
CRECHE	ARROZ DE PEIXE
VEGETARIANO	EMPANDILHA DE ESPINAFRES C/ ARROZ
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

QUARTA FEIRA	
SOPA	AGRIÕES
PRATO DO DIA	BIFINHOS DE CEBOLADA C/ ESPARGUETE
CRECHE	BIFINHOS C/ ESPARGUETE
VEGETARIANO	BIFINHOS DE SOJA DE CEBOLADA C/ ESPARGUETE
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

QUINTA FEIRA	
SOPA	NABIÇAS
PRATO DO DIA	PEIXE ESTUFADO C/ BATATAS COZINHAS
CRECHE	PEIXE ESTUFADO C/ BATATAS COZIDAS
VEGETARIANO	SEITAN ESTUFADO C/ BATATAS COZIDAS
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

SEXTA FEIRA	
SOPA	CENOURA
PRATO DO DIA	ARROZ À VALÊNCIANA
CRECHE	ARROZ À VALÊNCIANA
VEGETARIANO	HAMBURGUER DE VEGETAIS C/ ARROZ
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

NOTA: • Ementas sujeitas a alterações de última hora.
• O prato do dia é acompanhado por salada ou legumes.