

# EMENTA

**Semana de 03-01-2018 a 05-01-2018**

<b>SEGUNDA FEIRA</b>	
SOPA	
PRATO DO DIA	
CRECHE	<b>FERIADO</b>
VEGETARIANO	
SOBREMESA	

<b>TERÇA FEIRA</b>	
SOPA	
PRATO DO DIA	
CRECHE	<b>ENCERRADO</b>
VEGETARIANO	
SOBREMESA	

<b>QUARTA FEIRA</b>	
SOPA	<i>CREME DE ALHO FRANCÊS</i>
PRATO DO DIA	<i>LOMBINHOS DE PESCADA GRATINADOS C/ ARROZ DE CENOURA</i>
CRECHE	<i>LOMBINHOS DE PESCADA GRATINADOS C/ ARROZ DE CENOURA</i>
VEGETARIANO	<i>EMPANADILHA DE ESINAFRES E QUEIJO C/ ARROZ DE CENOURA</i>
SOBREMESA	<i>FRUTA DA ÉPOCA</i>

<b>QUINTA FEIRA</b>	
SOPA	<i>AGRIÃO</i>
PRATO DO DIA	<i>BIFINHOS DE CEBOLADA C/ BATATAS COZIDAS</i>
CRECHE	<i>JARDINEIRA DE FRANGO</i>
VEGETARIANO	<i>SEITAN DE CEBOLADA C/ BATATAS COZIDAS</i>
SOBREMESA	<i>FRUTA DA ÉPOCA</i>

<b>SEXTA FEIRA</b>	
SOPA	<i>LEGUMES</i>
PRATO DO DIA	<i>EMPADÃO DE ATUM/PEIXE</i>
CRECHE	<i>EMPADÃO DE ATUM/PEIXE</i>
VEGETARIANO	<i>EMPADÃO 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 08-01-2018 a 12-01-2018**

<b>SEGUNDA FEIRA</b>	
SOPA	JULIANA
PRATO DO DIA	ESPARGUETE À BOLONHESA
CRECHE	ESPARGUETE À BOLONHESA
VEGETARIANO	ESPARGUETE À BOLONHESA (SOJA)
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

<b>TERÇA FEIRA</b>	
SOPA	FEIJÃO VERDE
PRATO DO DIA	FILETES C/ ARROZ DE ERVILHAS
CRECHE	FILETES C/ ARROZ DE ERVILHAS
VEGETARIANO	HAMBURGUER VEGETARIANO C/ ARROZ DE ERVILHAS
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

<b>QUARTA FEIRA</b>	
SOPA	ESPINAFRES
PRATO DO DIA	CARNE ESTUFADA C/ PURÉ DE BATATA
CRECHE	CARNE ESTUFADA C/ PURÉ DE BATATA
VEGETARIANO	TOFU ESTUFADO C/ PURÉ DE BATATA
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

<b>QUINTA FEIRA</b>	
SOPA	NABIÇAS
PRATO DO DIA	BACALHAU C/ GRÃO E BATATAS
CRECHE	BACALHAU/PEIXE C/ GRÃO E BATATAS
VEGETARIANO	OVO COZIDO C/ GRÃO E BATATAS
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

<b>SEXTA FEIRA</b>	
SOPA	CANJA
PRATO DO DIA	FRANGO GUISADO C/ MACARRONETE
CRECHE	FRANGO GUISADO C/ MACARRONETE
VEGETARIANO	SEITAN GUISADO C/ MACARRONETE
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 15-01-2018 a 19-01-2018**

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

<b>TERÇA FEIRA</b>	
SOPA	ALHO FRANCÊS
PRATO DO DIA	BIFINHOS C/ COGUMELOS E FUSILI
CRECHE	BIFINHO DE FRANGO C/ FUSILI
VEGETARIANO	BIFES DE SOJA C/ COGUMELOSE FUSILI
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

<b>QUARTA FEIRA</b>	
SOPA	COUVE LOMBARDA
PRATO DO DIA	LOMBOS DE PESCADA NO FORNO C/ MOLHO DE LIMÃO E ARROZ
CRECHE	LOMBOS DE PESCADA NO FORNO C/ MOLHO DE LIMÃO E ARROZ
VEGETARIANO	TORTILHA DE LEGUMES
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

<b>QUINTA FEIRA</b>	
SOPA	LEGUMES
PRATO DO DIA	CARNE DE PORCO À PORTUGUESA C/ BATATINHAS
CRECHE	PERÚ À PORTUGUESA C/ BATATINHAS
VEGETARIANO	TOFU À PORTUGUESA C/ BATATINHAS
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

<b>SEXTA FEIRA</b>	
SOPA	AGRIÕES
PRATO DO DIA	BACALHAU À BRÁS
CRECHE	BACALHAU/PEIXE À BRÁS
VEGETARIANO	LEGUMES À BRÁS
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 22-01-2018 a 26-01-2018**

<b>SEGUNDA FEIRA</b>	
SOPA	CANJA
PRATO DO DIA	ARROZ À VALÊNCIANA
CRECHE	ARROZ À VALÊNCIANA
VEGETARIANO	ARROZ DE LEGUMES C/ TOFU
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

<b>TERÇA FEIRA</b>	
SOPA	FEIJÃO VERDE
PRATO DO DIA	MASSADA DE PEIXE
CRECHE	MASSADA DE PEIXE
VEGETARIANO	MASSADA DE LEGUMES
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

<b>QUARTA FEIRA</b>	
SOPA	CENOURA
PRATO DO DIA	FEIJOADA À TRANSMONTADA
CRECHE	HAMBUERGUER DE AVES C/ ARROZ
VEGETARIANO	HAMBUERGUER VEGETARIANO C/ ARROZ
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

<b>QUINTA FEIRA</b>	
SOPA	NABIÇAS
PRATO DO DIA	SALMÃO NO FORNO C/ BATATINHAS
CRECHE	SALMÃO NO FORNO C/ BATATINHAS
VEGETARIANO	SEITAN NO FORNO C/ BATATINHAS
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

<b>SEXTA FEIRA</b>	
SOPA	AGRIÕES
PRATO DO DIA	ROLO DE CARNE C/ ESPARGUETE
CRECHE	ROLO DE CARNE C/ ESPARGUETE
VEGETARIANO	SOJA GUISADA C/ ESPARGUETE
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 29-01-2018 a 02-02-2018**

<b>SEGUNDA FEIRA</b>	
SOPA	JULIANA
PRATO DO DIA	RISSÓIS DE PESCADA C/ ARROZ DE LEGUMES
CRECHE	FILETES GRATINADOS C/ ARROZ DDE LEGUMES
VEGETARIANO	RISSÓIS VEGETARIANOS C/ ARROZ DE LEGUMES
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

<b>TERÇA FEIRA</b>	
SOPA	ALHO FRANCÊS
PRATO DO DIA	COSTELETAS C/ ESPARGUETE
CRECHE	BIFE DE PERÚ C/ ESPARGUETE
VEGETARIANO	CARBONARA DE LEGUMES
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

<b>QUARTA FEIRA</b>	
SOPA	ESPINAFRES
PRATO DO DIA	PESCADA COZIDA C/ BATATAS, BRÓCOLOS E CENOURA
CRECHE	PESCADA COZIDA C/ BATATAS, BRÓCOLOS E CENOURA
VEGETARIANO	SALADA DE LEGUMES C/ OVO COZIDO
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

<b>QUINTA FEIRA</b>	
SOPA	CANJA
PRATO DO DIA	FRANGO ASSADO C/ ARROZ E BATATAS FRITAS
CRECHE	FRANGO ASSADO C/ ARROZ E BATATAS FRITAS
VEGETARIANO	SEITAN ASSADO C/ ARROZ E BATATAS FRITAS
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

<b>SEXTA FEIRA</b>	
SOPA	CREME DE ABÓBORA
PRATO DO DIA	ARROZ DE POLVO
CRECHE	ARROZ DE PEIXE
VEGETARIANO	LEGUMES GRATINADOS C/ ARROZ
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

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