



EMENTA

Semana de 03-12-2018 a 07-12-2018

SEGUNDA FEIRA	
SOPA	ALHO FRANCÊS
PRATO DO DIA	DOURADINHOS NO FORNO C/ ARROZ DE CENOURA
CRECHE	DOURADINHOS NO FORNO C/ ARROZ DE CENOURA
VEGETARIANO	DOURADINHOS VEGETAIS C/ ARROZ DE CENOURA
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
TERÇA FEIRA	
SOPA	ESPINAFRES
PRATO DO DIA	BIFINHOS DE CEBOLADA C/ ESPARGUETE
CRECHE	BIFINHO GRELHADO C/ ESPARGUETE
VEGETARIANO	SEITAN GRELHADO C/ ESPARGUETE
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
QUARTA FEIRA	
SOPA	LEGUMES
PRATO DO DIA	LOMBINHOS DE PERCA NO FORNO C/ BATATINHAS
CRECHE	LOMBINHOS DE PERCA NO FORNO C/ BATATINHAS
VEGETARIANO	EMPANDILHA DE ESPINAFRES E QUEIJO C/ ARROZ DE ERVILHAS
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
QUINTA FEIRA	
SOPA	AGRIÕES
PRATO DO DIA	ARROZ À VALÊNCIANA
CRECHE	ARROZ À VALÊNCIANA
VEGETARIANO	SOJA GUISADA C/ ARROZ
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
SEXTA FEIRA	
SOPA	AGRIÃO
PRATO DO DIA	PESCADA GRATINADA C/ PURÉ DE BATATA
CRECHE	PESCADA GRATINADA C/ PURÉ DE BATATA
VEGETARIANO	TOFU GRATINADO C/ PURÉ DE BATATA
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 10-12-2018 a 14-12-2018

SEGUNDA FEIRA	
SOPA	LEGUMES
PRATO DO DIA	ALMÔNDEGAS C/ ESPARGUETE
CRECHE	ALMÔNDEGAS C/ ESPARGUETE
VEGETARIANO	ALMÔNDEGAS (SOJA)C/ ESPARGUETE
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

TERÇA FEIRA	
SOPA	NABIÇAS
PRATO DO DIA	PESCADA COZIDA C/ BATATAS, BRÓCOLOS E CENOURAS
CRECHE	PESCADA COZIDA C/ BATATAS, BRÓCOLOS E CENOURAS
VEGETARIANO	SALADA DE LEGUMES C/ OVO COZIDO
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

QUARTA FEIRA	
SOPA	CREME DE ABÓBORA
PRATO DO DIA	CARNE DE PORCO À PORTUGUESA
CRECHE	PERÚ À PORTUGUESA
VEGETARIANO	SEITAN À PORTUGUESA
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

QUINTA FEIRA	
SOPA	ALHO FRANCÊS
PRATO DO DIA	MASSADA DE PEIXE
CRECHE	MASSADA DE PEIXE
VEGETARIANO	MASSADA DE LEGUMES
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

SEXTA FEIRA	
SOPA	JULIANA
PRATO DO DIA	BIFES PANADOS C/ ARROZ PRIMAVERA
CRECHE	BIFES PANADOS C/ ARROZ PRIMAVERA
VEGETARIANO	BIFES DE SOJA PANADOS C/ ARROZ PRIMAVERA
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 17-12-2018 a 21-12-2018

SEGUNDA FEIRA	
SOPA	<i>CREME DE CENOURA</i>
PRATO DO DIA	<i>ATUM À BRÁS</i>
CRECHE	<i>EMPADÃO DE PEIXE</i>
VEGETARIANO	<i>LEGUMES À BRÁS</i>
SOBREMESA	<i>FRUTA DA ÉPOCA</i>

TERÇA FEIRA	
SOPA	<i>NABIÇAS</i>
PRATO DO DIA	<i>ROLO DE CARNE C/ ESPAQUETE</i>
CRECHE	<i>ROLO DE CARNE C/ ESPAQUETE</i>
VEGETARIANO	<i>CARBONARA DE LEGUMES E ESPARGUETE</i>
SOBREMESA	<i>FRUTA DA ÉPOCA</i>

QUARTA FEIRA	
SOPA	<i>AGRIÕES</i>
PRATO DO DIA	<i>LOMBINHOS DE PESCADA ESTUFADOS C/ ARROZ DE LEGUMES</i>
CRECHE	<i>LOMBINHOS DE PESCADA ESTUFADOS C/ ARROZ DE LEGUMES</i>
VEGETARIANO	<i>TOFU ESTUFADO C/ ARROZ DE LEGUMES</i>
SOBREMESA	<i>FRUTA DA ÉPOCA</i>

QUINTA FEIRA	
SOPA	<i>CANJA</i>
PRATO DO DIA	<i>JARDINEIRA DE FRANGO</i>
CRECHE	<i>JARDINEIRA DE FRANGO</i>
VEGETARIANO	<i>JARDINEIRA DE SEITAN</i>
SOBREMESA	<i>FRUTA DA ÉPOCA</i>

SEXTA FEIRA	
SOPA	<i>JULIANA</i>
PRATO DO DIA	<i>PEIXE ESPADA FRITO C/ ARROZ DE TOMATE</i>
CRECHE	<i>PEIXE ESPADA GRELHADO C/ ARROZ TOMATE</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 24-12-2018 a 28-12-2018

SEGUNDA FEIRA	
SOPA	
PRATO DO DIA	
CRECHE	ENCERRADO
VEGETARIANO	
SOBREMESA	

TERÇA FEIRA	
SOPA	 <h1 style="color: red; text-align: center;">Feliz Natal</h1>
PRATO DO DIA	
CRECHE	
VEGETARIANO	
SOBREMESA	

QUARTA FEIRA	
SOPA	
PRATO DO DIA	
CRECHE	ENCERRADO
VEGETARIANO	
SOBREMESA	

QUINTA FEIRA	
SOPA	NABIÇAS
PRATO DO DIA	ARROZ DO MAR
CRECHE	ARROZ DO MAR
VEGETARIANO	SEITAN GRELHADO C/ ARROZ
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

SEXTA FEIRA	
SOPA	FEIJÃO VERDE
PRATO DO DIA	HAMBURGUER C/ ESPARGUETE
CRECHE	HAMBURGUER C/ ESPARGUETE
VEGETARIANO	HAMBURGUER (SOJA) C/ ESPARGUETE
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

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