



EMENTA

Semana de 06-05-2019 a 10-05-2019

SEGUNDA FEIRA	
SOPA	LEGUMES
PRATO DO DIA	ESPARGUETE À CARBONARA
CRECHE	BIFINHO DE FRANGO C/ ESPARGUETE
VEGETARIANO	CARBOBARA DE LEGUMES
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

TERÇA FEIRA	
SOPA	AGRIÕES
PRATO DO DIA	PEIXE FRITO C/ ARROZ DE TOMATE
CRECHE	PEIXE FRITO C/ ARROZ DE TOMATE
VEGETARIANO	EMPANADILHA DE ESPINAFRES C/ ARROZ DE TOMATE
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

QUARTA FEIRA	
SOPA	JULIANA
PRATO DO DIA	CARNE GUISADA C/ LACINHOS
CRECHE	CARNE ESTUFADA C/ LACINHOS
VEGETARIANO	SEITAN GUISADO C/ LACINHOS
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

QUINTA FEIRA	
SOPA	ESPINAFRES
PRATO DO DIA	PESCADA COZIDA C/ BATATAS E BRÓCOLOS
CRECHE	PESCADA COZIDA C/ BATATAS E BRÓCOLOS
VEGETARIANO	OVO COZIDO C/ BATATAS E BRÓCOLOS
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

SEXTA FEIRA	
SOPA	FEIJÃO VERDE
PRATO DO DIA	CARNE DE PORCO À PORTUGUESA
CRECHE	PERÚ À PORTUGUESA
VEGETARIANO	TOFU À PORTUGUESA
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 13-05-2019 a 17-05-2019

SEGUNDA FEIRA	
SOPA	JULIANA
PRATO DO DIA	PESQUITOS NO FORNO C/ ARROZ CENOURA
CRECHE	PESQUITOS NO FORNO C/ ARROZ CENOURA
VEGETARIANO	DOURADINHOS VEGETAIS C/ ARROZ CENOURA
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

TERÇA FEIRA	
SOPA	CREME DE ABÓBORA
PRATO DO DIA	CARNE ASSADA C/ ESPARGUETE
CRECHE	CARNE ASSADA C/ESPARGUETE
VEGETARIANO	SEITAN ASSADO C/ ESPARGUETE
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

QUARTA FEIRA	
SOPA	AGRIÕES
PRATO DO DIA	LOMBINHOS DE PESCADA NO FORNO C/ PURÉ DE BATATA
CRECHE	LOMBINHOS DE PESCADA NO FORNO C/ PURÉ DE BATATA
VEGETARIANO	EMPADÃO DE LEGUMES
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

QUINTA FEIRA	
SOPA	CANJA
PRATO DO DIA	BIFES DE FRANGO C/ ARROZ PRIMAVERA
CRECHE	BIFES DE FRANGO C/ ARROZ PRIMAVERA
VEGETARIANO	BIFES DE SOJA C/ ARROZ PRIMAVERA
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

SEXTA FEIRA	
SOPA	ESPINAFRES
PRATO DO DIA	MASSADA DE BACALHAU
CRECHE	MASSADA DE BACALHAU/PEIXE
VEGETARIANO	MASSADA DE LEGUMES
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 20-05-2019 a 24-05-2019

SEGUNDA FEIRA	
SOPA	FEIJÃO VERDE
PRATO DO DIA	HAMBURGUER C/ ARROZ CENOURA E BATATAS FRITAS
CRECHE	HAMBURGUER C/ ARROZ CENOURA
VEGETARIANO	HAMBURGUER (SOJA) C/ ARROZ CENOURA E BATATAS FRITAS
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

TERÇA FEIRA	
SOPA	NABIÇAS
PRATO DO DIA	SALADA RUSSA C/ ATUM/PEIXE
CRECHE	SALADA RUSSA C/ ATUM/PEIXE
VEGETARIANO	SALADA RUSSA C/ TOFU
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

QUARTA FEIRA	
SOPA	ALHO FRANCÊS
PRATO DO DIA	BIFINHOS C/ COGUMELOS E ESPARGUETE
CRECHE	BIFINHOS C/ COGUMELOS E ESPARGUETE
VEGETARIANO	BIFINHOS (SEITAN) C/ COGUMELOS E ESPARGUETE
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

QUINTA FEIRA	
SOPA	AGRIÕES
PRATO DO DIA	BACALHAU À BRÁS
CRECHE	BACALHAU/PESCADA À BRÁS
VEGETARIANO	LEGUMES À BRÁS
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

SEXTA FEIRA	
SOPA	CREME DE COURGETE
PRATO DO DIA	ARROZ À VALÊNCIANA
CRECHE	ARROZ À VALÊNCIANA
VEGETARIANO	TORTILHA DE LEGUMES
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 27-05-2019 a 31-05-2019

SEGUNDA FEIRA	
SOPA	LEGUMES
PRATO DO DIA	RISSÓIS DE PESCADA C/ ARROZ DE GRELOS
CRECHE	DOURADINHOS DE PESCADA NO FORNO C/ ARROZ DE GRELOS
VEGETARIANO	RISSÓIS(LEGUMES) C/ ARROZ DE GRELOS
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

TERÇA FEIRA	
SOPA	ESPINAFRES
PRATO DO DIA	COSTELETAS C/ ESPARGUETE
CRECHE	BIFE DE PERÚ C/ ESPARGUETE
VEGETARIANO	ESCALOPES DE SOJA C/ ESPARGUETE
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

QUARTA FEIRA	
SOPA	CREME DE CENOURA
PRATO DO DIA	LOMBINHOS DE SALMÃO GRATINADOS C/ BATATINHAS
CRECHE	LOMBINHOS DE SALMÃO GRATINADOS C/ BATATINHAS
VEGETARIANO	TOFU GRATINADO C/ BATATINHAS
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

QUINTA FEIRA	
SOPA	CANJA
PRATO DO DIA	FRANGO ESTUFADO C/ FUSILLI
CRECHE	FRANGO ESTUFADO C/ FUSILLI
VEGETARIANO	SEITAN ASSADO C/ FUSILLI
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

SEXTA FEIRA	
SOPA	CALDO VERDE
PRATO DO DIA	ARROZ DE POLVO
CRECHE	ARROZ DE PEIXE
VEGETARIANO	EMPADÃO DE LEGUMES E SOJA
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

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