

Semana  
de 30 de março a 3 de abril



SEGUNDA FEIRA	
SOPA	CENOURA
PRATO DO DIA	FILETES C/ ARROZ ERVILHAS, SALADA DE TOMATE E AGRIÃO
CRECHE	FILETES C/ ARROZ ERVILHAS, SALADA DETOMATE E AGRIÃO
VEGETARIANO	ARROZ DE LEGUMES E TOFU, SALADA DE TOMATE E AGRIÃO
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
TERÇA FEIRA	
SOPA	NABIÇAS
PRATO DO DIA	ESPARGUETE À BOLONHESA C/ SALADA ALFACE E CENOURA RALADA
CRECHE	ESPARGUETE À BOLONHESA C/ SALADA ALFACE E CENOURA RALADA
VEGETARIANO	ESPARGUETE À BOLONHESA(SOJA) C/ SALADA ALFACE E CENOURA RALADA
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
QUARTA FEIRA	
SOPA	ALHO FRANCÊS
PRATO DO DIA	BACALHAU/PEIXE COZIDO C/ BATATAS, CENOURA E GRÃO
CRECHE	BACALHAU/PEIXE COZIDO C/ BATATAS, CENOURA E GRÃO
VEGETARIANO	OVO COZIDO C/ BATATAS, CENOURA E GRÃO
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
QUINTA FEIRA	
SOPA	ENCERRADO
PRATO DO DIA	
CRECHE	
VEGETARIANO	
SOBREMESA	
SEXTA FEIRA	
SOPA	FERIADO
PRATO DO DIA	
CRECHE	
VEGETARIANO	
SOBREMESA	

**Nota:** Ementa sujeita a alterações de última hora



## Semana de 6 a 10 de abril



SEGUNDA FEIRA	
SOPA	
PRATO DO DIA	
CRECHE	ENCERRADO
VEGETARIANO	
SOBREMESA	
TERÇA FEIRA	
SOPA	ESPINAFRES
PRATO DO DIA	EMPADÃO DE ATUM, SALADA DE CENOURA RALADA E AGRIÃO
CRECHE	EMPADÃO DE ATUM/PEIXE, SALADA DE CENOURA RALADA E AGRIÃO
VEGETARIANO	EMPADÃO DE LEGUMES E COGUMELOS, SALADA DE CENOURA RALADA E AGRIÃO
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
QUARTA FEIRA	
SOPA	NABIÇAS
PRATO DO DIA	COSTELETAS C/ ESPARGUETE, SALADA DE TOMATE E COUVE ROXA
CRECHE	BIFE DE PERÚ C/ ESPARGUETE, SALADA DE TOMATE E COUVE ROXA
VEGETARIANO	EMPANADILHA ESPINAFRES C/ ESPARGUETE, SALADA TOMATE E COUVE ROXA
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
QUINTA FEIRA	
SOPA	LEGUMES
PRATO DO DIA	SALMÃO NO FORNO, BATATINHAS E LEGUMES SALTEADOS
CRECHE	SALMÃO NO FORNO, BATATINHAS E LEGUMES SALTEADOS
VEGETARIANO	TOFU NO FORNO, BATATINHAS E LEGUMES SALTEADOS
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
SEXTA FEIRA	
SOPA	LEGUMES
PRATO DO DIA	SALMÃO NO FORNO, BATATINHAS E LEGUMES SALTEADOS
CRECHE	SALMÃO NO FORNO, BATATINHAS E LEGUMES SALTEADOS
VEGETARIANO	TOFU NO FORNO, BATATINHAS E LEGUMES SALTEADOS
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

**Nota:** Ementa sujeita a alterações de última hora



## Semana de 13 a 17 de abril



SEGUNDA FEIRA	
SOPA	CENOURA
PRATO DO DIA	TIRAS CHOCO PANADAS (FORNO) C/ ARROZ PRIMAVERA, SALADA TOMATE E ALFACE
CRECHE	DOURADINHOS (FORNO) C/ ARROZ PRIMAVERA, SALADA DE TOMATE E ALFACE
VEGETARIANO	DOURADINHOS VEGETARIANOS C/ ARROZ PRIMAVERA, SALADA DE TOMATE E ALFACE
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
TERÇA FEIRA	
SOPA	JULIANA
PRATO DO DIA	BIFINHOS C/ COGUMELOS, PURÉ DE BATATA E LEGUMES SALTEADOS
CRECHE	BIFINHOS C/ COGUMELOS, PURÉ DE BATATA E LEGUMES SALTEADOS
VEGETARIANO	BIFINHOS DE SOJA C/ COGUMELOS, PURÉ DE BATATA E LEGUMES SALTEADOS
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
QUARTA FEIRA	
SOPA	AGRIÃO
PRATO DO DIA	BACALHAU À BRÁS, SALADA DE ALFACE E CENOURA RALADA
CRECHE	BACALHAU À BRÁS, SALADA DE ALFACE E CENOURA RALADA
VEGETARIANO	LEGUMES À BRÁS, SALADA DE ALFACE E CENOURA RALADA
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
QUINTA FEIRA	
SOPA	LEGUMES
PRATO DO DIA	CARNE ASSADA C/ ESPARGUETE, SALADA DE TOMATE E COUVE ROXA
CRECHE	CARNE ASSADA C/ ESPARGUETE, SALADA DE TOMATE E COUVE ROXA
VEGETARIANO	SEITAN ASSADO C/ ESPARGUETE, SALADA DE TOMATE E COUVE ROXA
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
SEXTA FEIRA	
SOPA	FEIJÃO VERDE
PRATO DO DIA	SALADA RUSSA C/ PEIXE
CRECHE	SALADA RUSSA C/ PEIXE
VEGETARIANO	SALADA RUSSA C/ OVO COZIDO
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

**Nota:** Ementa sujeita a alterações de última hora



## Semana de 20 a 24 de abril



SEGUNDA FEIRA	
SOPA	ESPINAFRES
PRATO DO DIA	ESPARGUETE À BOLONHESA, SALADA ALFACE E TOMATE
CRECHE	ESPARGUETE À BOLONHESA, SALADA ALFACE E TOMATE
VEGETARIANO	ESPARGUETE À BOLONHESA (SOJA), SALADA ALFACE E TOMATE
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
TERÇA FEIRA	
SOPA	ERVILHAS
PRATO DO DIA	PESCADA NO FORNO C/ BATATINHAS E LEGUMES SALTEADOS
CRECHE	PESCADA NO FORNO C/ BATATINHAS E LEGUMES SALTEADOS
VEGETARIANO	SEITAN NO FORNO C/ BATATINHAS E LEGUMES SALTEADOS
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
QUARTA FEIRA	
SOPA	ALHO FRANCÊS
PRATO DO DIA	SALADA DE FRANGO (FRANGO, FUSILI E LEGUMES)
CRECHE	SALADA DE FRANGO (FRANGO, FUSILI E LEGUMES)
VEGETARIANO	SALADA DE TOFU (TOFU, FUSILI E LEGUMES)
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
QUINTA FEIRA	
SOPA	ABÓBORA
PRATO DO DIA	ARROZ DE POLVO, SALADA DE ALFACE E CENOURA RALADA
CRECHE	ARROZ DE POLVO, SALADA DE ALFACE E CENOURA RALADA
VEGETARIANO	ARROZ DE LEGUMES C/ SALSICHA VEG., SALADA ALFACE E CENOURA RALADA
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
SEXTA FEIRA	
SOPA	FEIJÃO VERDE
PRATO DO DIA	CARNE PORCO À PORTUGUESA C/ BATATINHAS, SALADA AGRIÃO E ALFACE
CRECHE	PERÚ À PORTUGUESA C/ BATATINHAS, SALADA AGRIÃO E ALFACE
VEGETARIANO	SOJA À PORTUGUESA C/ BATATINHAS, SALADA AGRIÃO E ALFACE
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

**Nota:** Ementa sujeita a alterações de última hora



## Semana de 27 de abril a 1 de maio



	<b>SEGUNDA FEIRA</b>
SOPA	CENOURA
PRATO DO DIA	FILETES DE PESCADA C/ ARROZ GRELOS, SALADA ALFACE E TOMATE
CRECHE	FILETES DE PESCADA C/ ARROZ GRELOS, SALADA ALFACE E TOMATE
VEGETARIANO	ESCALOPES VEGETARIANOS C/ ARROZ GRELOS, SALADA ALFACE E TOMATE
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
	<b>TERÇA FEIRA</b>
SOPA	AGRIÃO
PRATO DO DIA	CARNE GUISADA C/ LEGUMES E ESPARGUETE
CRECHE	CARNE GUISADA C/ LEGUMES E ESPARGUETE
VEGETARIANO	SOJA GUISADA C/ LEGUMES E ESPARGUETE
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
	<b>QUARTA FEIRA</b>
SOPA	NABIÇAS
PRATO DO DIA	BACALHAU C/ NATAS, SALADA ALFACE E AGRIÃO
CRECHE	BACALHAU/PEIXE COZIDO C/ BATATAS E LEGUMES
VEGETARIANO	LEGUMES C/ NATAS, SALADA ALFACE E AGRIÃO
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
	<b>QUINTA FEIRA</b>
SOPA	ALHO FRANCÊS
PRATO DO DIA	STROGONOF DE FRANGO C/ PURÉ BATATA, SALADA ALFACE E CENOURA RALADA
CRECHE	BIFE DE FRANGO C/ PURÉ BATATA, SALADA ALFACE E CENOURA RALADA
VEGETARIANO	STROGONOF DE SEITAN C/ PURÉ BATATA, SALADA ALFACE E CENOURA RALADA
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
	<b>SEXTA FEIRA</b>
SOPA	
PRATO DO DIA	
CRECHE	FERIADO
VEGETARIANO	
SOBREMESA	

