

Semana  
de 1 a 5 de junho



<b>SEGUNDA FEIRA</b>	
SOPA	LEGUMES/CANJA
PRATO DO DIA	HAMBURGUER C/ BATATAS FRITAS, SALADA ALFACE E CENOURA RALADA
CRECHE	HAMBURGUER C/ ARROZ, SALADA ALFACE E CENOURA RALADA
VEGETARIANO	HAMBURGUER VEGETAIS C/ BATATAS FRITAS, SALADA ALFACE E CENOURA RALADA
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
<b>TERÇA FEIRA</b>	
SOPA	NABIÇAS
PRATO DO DIA	PASTÉIS BACALHAU C/ ARROZ TOMATE, SALADA DE AGRIÃO E ALFACE
CRECHE	PASTÉIS BACALHAU C/ ARROZ TOMATE, SALADA DE AGRIÃO E ALFACE
VEGETARIANO	PASTÉIS LEGUMES C/ ARROZ TOMATE, SALADA DE AGRIÃO E ALFACE
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
<b>QUARTA FEIRA</b>	
SOPA	ESPINAFRES
PRATO DO DIA	SALADA DE FRANGO, FUSILI E LEGUMES
CRECHE	SALADA DE FRANGO, FUSILI E LEGUMES
VEGETARIANO	SALADA DE SEITAN, MASSA E LEGUMES
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
<b>QUINTA FEIRA</b>	
SOPA	
PRATO DO DIA	
CRECHE	FERIADO
VEGETARIANO	
SOBREMESA	
<b>SEXTA FEIRA</b>	
SOPA	ALHO FRANCÊS
PRATO DO DIA	COSTELETAS C/ ARROZ FEIJÃO, SALADA ALFACE E TOMATE
CRECHE	BIFE PERÚ C/ ARROZ FEIJÃO, SALADA ALFACE E TOMATE
VEGETARIANO	BIFES SOJA C/ ARROZ FEIJÃO, SALADA ALFACE E TOMATE
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

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



**Semana  
de 8 a 12 de junho**



<b>SEGUNDA FEIRA</b>	
SOPA	<i>ESPINAFRES</i>
PRATO DO DIA	<i>FRANGO ESTUFADO C/ ESPARGUETE, SALADA ALFACE E TOMATE</i>
CRECHE	<i>FRANGO ESTUFADO C/ ESPARGUETE, SALADA ALFACE E TOMATE</i>
VEGETARIANO	<i>TOFU ESTUFADO C/ ESPARGUETE, SALADA ALFACE E TOMATE</i>
SOBREMESA	<i>FRUTA DA ÉPOCA</i>
<b>TERÇA FEIRA</b>	
SOPA	<i>CENOURA</i>
PRATO DO DIA	<i>CHOCO FRITO C/ ARROZ ERVILHAS, SALADA ALFACE E COUVE ROXA</i>
CRECHE	<i>FILETES C/ ARROZ ERVILHAS, SALADA ALFACE E COUVE ROXA</i>
VEGETARIANO	<i>ESCALOPES VEGETARIANOS C/ ARROZ ERVILHAS, SALADA ALFACE E COUVE ROXA</i>
SOBREMESA	<i>FRUTA DA ÉPOCA</i>
<b>QUARTA FEIRA</b>	
SOPA	
PRATO DO DIA	
CRECHE	<i>FERIADO</i>
VEGETARIANO	
SOBREMESA	
<b>QUINTA FEIRA</b>	
SOPA	<i>AGRIÃO</i>
PRATO DO DIA	<i>PESCADA NO FORNO C/ BATATINHAS, CENOURAS E BRÓCOLOS</i>
CRECHE	<i>PESCADA NO FORNO C/ BATATINHAS, CENOURAS E BRÓCOLOS</i>
VEGETARIANO	<i>OVO COZIDO C/ BATATAS, CENOURAS E BRÓCOLOS</i>
SOBREMESA	<i>FRUTA DA ÉPOCA</i>
<b>SEXTA FEIRA</b>	
SOPA	<i>FEIJÃO VERDE</i>
PRATO DO DIA	<i>CARNE ASSADA C/ ARROZ CENOURA, SALADA AGRIÃO E TOMATE</i>
CRECHE	<i>CARNE ASSADA C/ ARROZ CENOURA, SALADA AGRIÃO E TOMATE</i>
VEGETARIANO	<i>SEITAN ASSADO C/ ARROZ CENOURA, SALADA AGRIÃO E TOMATE</i>
SOBREMESA	<i>FRUTA DA ÉPOCA</i>

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



## Semana de 15 a 19 de junho



<b>SEGUNDA FEIRA</b>	
SOPA	CENOURA
PRATO DO DIA	FRANGO DE FRICASSÉ C/ ARROZ, SALADA ALFACE E CENOURA RALADA
CRECHE	FRANGO DE FRICASSÉ C/ ARROZ, SALADA ALFACE E CENOURA RALADA,
VEGETARIANO	SEITAN DE FRICASSÉ C/ ARROZ, SALADA ALFACE E CENOURA RALADA
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
<b>TERÇA FEIRA</b>	
SOPA	NABIÇAS
PRATO DO DIA	LULAS ESTUFADAS C/ PURÉ BATATA E LEGUMES SALTEADOS
CRECHE	LULAS ESTUFADAS/PEIXE ESTUFADO C/PURÉ BATATA E LEGUMES SALTEADOS
VEGETARIANO	SEITAN ESTUFADO C/ ESPARGUETE E LEGUMES SALTEADOS
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
<b>QUARTA FEIRA</b>	
SOPA	LEGUMES
PRATO DO DIA	CARNE À PORTUGUESA C/ BATATINHAS, SALADA DE ALFACE E AGRIÃO
CRECHE	PERÚ À PORTUGUESA C/ BATATINHAS, SALADA DE ALFACE E AGRIÃO
VEGETARIANO	TOFU À PORTUGUESA C/ BATATINHAS, SALADA DE ALFACE E AGRIÃO
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
<b>QUINTA FEIRA</b>	
SOPA	ESPINAFRES
PRATO DO DIA	MASSADA DE PEIXE C/ SALADA TOMATE E ALFACE
CRECHE	MASSADA DE PEIXE C/ SALADA TOMATE E ALFACE
VEGETARIANO	MASSADA DE LEGUMES C/ SALADA TOMATE E ALFACE
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA
<b>SEXTA FEIRA</b>	
SOPA	FEIJÃO VERDE
PRATO DO DIA	JARDINEIRA DE VITELA
CRECHE	JARDINEIRA DE VITELA
VEGETARIANO	JARDINEIRA DE SEITAN
SOBREMESA	FRUTA DA ÉPOCA

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



**Semana  
de 22 a 26 de junho**



<b>SEGUNDA FEIRA</b>	
SOPA	<i>ESPINAFRES</i>
PRATO DO DIA	<i>ARROZ À VALENCIANA, SALADA ALFACE E TOMATE</i>
CRECHE	<i>ARROZ À VALENCIANA, SALADA ALFACE E TOMATE</i>
VEGETARIANO	<i>ARROZ LEGUMES E TOFU, SALADA ALFACE E TOMATE</i>
SOBREMESA	<i>FRUTA DA ÉPOCA</i>
<b>TERÇA FEIRA</b>	
SOPA	<i>AGRIÃO</i>
PRATO DO DIA	<i>BACALHAU À BRÁS, SALADA CENOURA RALADA E ALFACE</i>
CRECHE	<i>BACALHAU À BRÁS, SALADA CENOURA RALADA E ALFACE</i>
VEGETARIANO	<i>LEGUMES À BRÁS, SALADA CENOURA RALADA E ALFACE</i>
SOBREMESA	<i>FRUTA DA ÉPOCA</i>
<b>QUARTA FEIRA</b>	
SOPA	<i>ALHO FRANCÊS</i>
PRATO DO DIA	<i>ESPARGUETE À BOLONHESA C/ SALADA ALFACE E AGRIÃO</i>
CRECHE	<i>ESPARGUETE À BOLONHESA C/ SALADA ALFACE E AGRIÃO</i>
VEGETARIANO	<i>ESPARGUETE À BOLONHESA (SOJA) C/ SALADA ALFACE E AGRIÃO</i>
SOBREMESA	<i>FRUTA DA ÉPOCA</i>
<b>QUINTA FEIRA</b>	
SOPA	<i>JULIANA</i>
PRATO DO DIA	<i>LOMBINHOS DE SALMÃO NO FORNO C/ BATATINHAS E LEGUMES</i>
CRECHE	<i>LOMBINHOS SALMÃO NO FORNO C/ BATATINHAS E LEGUMES</i>
VEGETARIANO	<i>EMPADÃO DE LEGUMES</i>
SOBREMESA	<i>FRUTA DA ÉPOCA</i>
<b>SEXTA FEIRA</b>	
SOPA	<i>ABÓBORA</i>
PRATO DO DIA	<i>BIFINHOS C/ COGUMELOS, ARROZ, SALADA DE ALFACE E COUVE ROXA</i>
CRECHE	<i>BIFINHOS C/ COGUMELOS, ARROZ, SALADA DE ALFACE E COUVE ROXA</i>
VEGETARIANO	<i>SEITAN C/ COGUMELOS, ARROZ, SALADA DE ALFACE E COUVE ROXA</i>
SOBREMESA	<i>FRUTA DA ÉPOCA</i>

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

