



Ementa

Semana de 15/10/2018 a 19/10/2018

Segunda-feira

15/10/2018

Sopa: Couve lombarda

Prato: Esparguete à Bolonhesa

Salada: Alface, couve-roxa e cenoura

Sobremesa: Pera, uvas e maçã

Terça-feira

16/10/2018

Sopa: Grão-de-bico com espinafres

Prato: Lombos de pescada no forno com puré de batata

Salada: Cenoura, couve roxa e feijão-verde

Sobremesa: Laranja, maçã e pera/Fruta assada

Quarta-feira

17/10/2018

Sopa: Feijão branco com couve lombarda

Prato: Frango assado com arroz de cenoura

Salada: Alface, pimento e tomate

Sobremesa: Maçã, melão e kiwi

Quinta-feira

18/10/2018

Sopa: Creme de legumes

Prato: Dourada grelhada com batata cozida

Salada: Tomate, cenoura e brócolos

Sobremesa: Banana, uvas e laranja

Sexta-feira

19/10/2018

Sopa: Macedónia de legumes

Prato: Febras estufadas com arroz de feijão

Salada: Cenoura, alface e tomate

Sobremesa: Maçã, melão e pera

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES

Vista Ferraz
24/09/18



Ementa Vegetariana

Semana de 15/10/2018 a 19/10/2018

Segunda-feira

15/10/2018

Sopa: Couve lombarda

Prato: Massa de favas com legumes (cenoura, couve e ervilhas)

Salada: Milho, pimento e tomate

Sobremesa: Pera, uvas e maçã

Terça-feira

16/10/2018

Sopa: Grão-de-bico com espinafres

Prato: Cogumelos e curgete no forno com arroz de cenoura

Salada: Alface, couve roxa e milho

Sobremesa: Laranja, maçã e pera/Fruta assada

Quarta-feira

17/10/2018

Sopa: Feijão branco com couve lombarda

Prato: Couve estufada com lentilhas e batata cozida

Salada: Couve em juliana, pepino e tomate

Sobremesa: Maçã, melão e kiwi

Quinta-feira

18/10/2018

Sopa: Creme de legumes

Prato: Massa fassili vegetariana

Salada: Alface, couve roxa e milho

Sobremesa: Banana, uvas e laranja

Sexta-feira

19/10/2018

Sopa: Macedónia de legumes

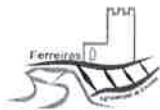
Prato: Grão-de-bico estufado com caril e batata

Salada: Alface, pimento e milho

Sobremesa: Maçã, melão e pera

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES

Victor Fering
24/09/18



Ementa

Semana de 22/10/2018 a 26/10/2018

Segunda-feira

22/10/2018

Sopa: Alho francês com curgete

Prato: Maruca cozida com batata e ovo

Salada: Couve-flor, cenoura e feijão-verde

Sobremesa: Banana, pera e maçã

Terça-feira

23/10/2018

Sopa: Portuguesa

Prato: Rancho

Salada: Alface, cenoura e couve-roxa

Sobremesa: Pera, laranja e maçã

Quarta-feira

24/10/2018

Sopa: Juliana

Prato: Pescada gratinada com ervas aromáticas, batatas e feijão-verde cozidos

Salada: Alface, milho e tomate

Sobremesa: Maçã, kiwi e melão/ Fruta cozida

Quinta-feira

25/10/2018

Sopa: Creme de feijão-verde

Prato: Coxa de peru assado no forno com esparguete

Salada: Cenoura, alface e tomate

Sobremesa: Laranja, maçã e uvas

Sexta-feira

26/10/2018

Sopa: Horta

Prato: Lasanha de atum

Salada: Alface, cenoura e couve em juliana

Sobremesa: Pera, maçã e melão

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES

Victor Ferraz
24/10/18



Ementa Vegetariana

Semana de 22/10/2018 a 26/10/2018

Segunda-feira

22/10/2018

Sopa: Alho francês com curgete

Prato: Cogumelos estufados com arroz de cenoura e ervilhas

Salada: Couve-roxa, pepino e tomate

Sobremesa: Banana, pera e maçã

Terça-feira

23/10/2018

Sopa: Portuguesa

Prato: Salada de verão

Salada: Alface, Beterraba e milho

Sobremesa: Pera, laranja e maçã

Quarta-feira

24/10/2018

Sopa: Juliana

Prato: Rancho vegetariano

Salada: Alface, cenoura e pimento

Sobremesa: Maçã, kiwi e melão/ Fruta cozida

Quinta-feira

25/10/2018

Sopa: Creme de feijão-verde

Prato: Estufado de couve e cenoura com arroz de ervilhas

Salada: Cenoura, couve roxa e tomate

Sobremesa: Laranja, maçã e uvas

Sexta-feira

26/10/2018

Sopa: Horta

Prato: Massa de vegetais (cenoura, ervilha, feijão verde, couve-flor e aipo)

Salada: Alface, cenoura e couve em juliana

Sobremesa: Pera, maçã e melão

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES

Visto
24/10/18



Ementa

Semana de 29/10/2018 a 2/11/2018

Segunda-feira

29/10/2018

Sopa: Creme de vegetais

Prato: Panados de frango no forno com esparguete

Salada: Beterraba, alface e pimento

Sobremesa: Pera, maçã e uvas

Terça-feira

30/10/2018

Sopa: Feijão branco com espinafres

Prato: Robalo grelhado com batata cozida

Salada: Alface, tomate e cenoura

Sobremesa: Laranja, pera e maçã

Quarta-feira

31/10/2018

Sopa: Cenoura com couve ripada

Prato: Bifinho de frango com arroz de feijão

Salada: Alface, cenoura e milho

Sobremesa: Maçã, melão e laranja

Quinta-feira

01/11/2018

Feriado

Dia de Todos os Santos

Sexta-feira

02/11/2018

Sopa: Grão com cubinhos de cenoura e nabo

Prato: Massinha de peixe

Salada: Cenoura, alface e tomate

Sobremesa: Pera, maçã e melão

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES

Victoria Feijó
24/10/18



Ementa Vegetariana

Semana de 29/10/2018 a 2/11/2018

Segunda-feira

29/10/2018

Sopa: Creme de vegetais

Prato: Empadão de legumes

Salada: Alface, cenoura e curgete

Sobremesa: Pera, maçã e uvas

Terça-feira

30/10/2018

Sopa: Feijão branco com espinafres

Prato: Estufado de cogumelos com massa espiral e legumes

Salada: Cenoura, milho e tomate

Sobremesa: Laranja, pera e maçã

Quarta-feira

31/10/2018

Sopa: Cenoura com couve ripada

Prato: Jardineira de legumes

Salada: Alface, cenoura e milho

Sobremesa: Maçã, melão e laranja

Quinta-feira

01/11/2018

Feriado

Dia de Todos os Santos

Sexta-feira

02/11/2018

Sopa: Grão com cubinhos de cenoura e nabo

Prato: Mistura de legumes chineses, ervilhas e puré batata

Salada: Alface, cenoura e couve-roxa

Sobremesa: Pera, maçã e melão

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES

Victo Ferraz
24/09/18