



Ementa

Semana de 18/02/2019 a 22/02/2019

Segunda-feira

18/02/2019

Sopa: Juliana

Prato: Douradinhos no forno com arroz de primavera

Salada: Alface, tomate e cenoura

Sobremesa: Maçã, pera e tangerina

Terça-feira

19/02/2019

Sopa: Feijão-verde

Prato: Lombo de porco assado no forno com esparguete

Salada: Cenoura, couve roxa e tomate

Sobremesa: Banana, maçã e kiwi

Quarta-feira

20/02/2019

Sopa: Lavrador

Prato: Pescada cozida com batata

Salada: Alface, pepino e tomate

Sobremesa: Tangerina, pera, banana/ Maçã assada

Quinta-feira

21/02/2019

Sopa: Alho Francês

Prato: Cozido de grão com carne e massa penne

Salada: Alface, tomate e beterraba

Sobremesa: Pera, maçã e kiwi

Sexta-feira

22/02/2019

Sopa: Nabiça com feijão-frade

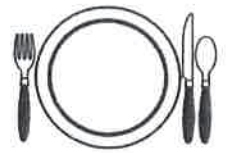
Prato: Caldeirada de Lulas

Salada: Alface, beterraba e milho

Sobremesa: Laranja, maçã e banana

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES





Ementa Vegetariana

Semana de 18/02/2019 a 22/02/2019

Segunda-feira

18/02/2019

Sopa: Juliana

Prato: Salada de feijão-frade (feijão frade, batata, cenoura e rebentos de soja)

Salada: Alface, tomate e cenoura

Sobremesa: Maçã, pera e tangerina

Terça-feira

19/02/2019

Sopa: Feijão-verde

Prato: Massa espiral com legumes salteados

Salada: Cenoura, couve roxa e tomate

Sobremesa: Banana, maçã e kiwi

Quarta-feira

20/02/2019

Sopa: Lavrador

Prato: Feijoada de cogumelos com arroz branco

Salada: Alface, cenoura e milho

Sobremesa: Tangerina, pera, banana/ Maçã assada

Quinta-feira

21/02/2019

Sopa: Alho Francês

Prato: Esparguete vegetariano à bolonhesa

Salada: Alface, pepino e tomate

Sobremesa: Pera, maçã e kiwi

Sexta-feira

22/02/2019

Sopa: Nabiça com feijão-frade

Prato: Arroz de lentilhas e cenoura

Salada: Alface, beterraba e milho

Sobremesa: Laranja, maçã e banana

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES

28957333
28957333
18/01/19



Ementa

Semana de 25/02/2019 a 01/03/2019

Segunda-feira

25/02/2019

Sopa: Macedónia de legumes

Prato: Almondegas de novilho estufadas com esparguete

Salada: Alface, couve roxa e milho

Sobremesa: Banana, maçã e laranja

Terça-feira

26/02/2019

Sopa: Creme de abóbora

Prato: Massa de peixe

Salada: Pepino, tomate e couve juliana

Sobremesa: Pera, laranja e maçã

Quarta-feira

27/02/2019

Sopa: Creme de legumes e ovo

Prato: Coxa de peru estufada com arroz de ervilhas

Salada: Alface, cenoura e milho

Sobremesa: Maçã, Pera e banana

Quinta-feira

28/02/2019

Sopa: Grão com cenoura e nabo

Prato: Robalo grelhado com batata cozida

Salada: Alface, couve roxa e tomate

Sobremesa: Laranja, banana e maçã

Sexta-feira

01/03/2019

Sopa: Alho Francês

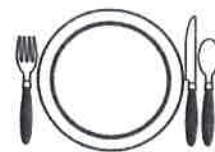
Prato: Mista de carne grelhada com massa fassili tricolor

Salada: Alface, cenoura e milho

Sobremesa: Maçã, banana e pera

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES





Ementa Vegetariana

Semana de 25/02/2019 a 01/03/2019

Segunda-feira

25/02/2019

Sopa: Macedónia de legumes

Prato: Mistura de vegetais estufados (cenoura, ervilhas, feijão verde, couve-flor e aipo) com massa fussili

Salada: Alface, couve roxa e milho

Sobremesa: Banana, maçã e laranja

Terça-feira

26/02/2019

Sopa: Abóbora com massinhas

Prato: Favas estufadas com batata cozida

Salada: Pepino, tomate e couve juliana

Sobremesa: Pera, laranja e maçã

Quarta-feira

27/02/2019

Sopa: Couve lombarda

Prato: Estufado de cogumelos com massa espiral e jardineira de legumes

Salada: Alface, cenoura e milho

Sobremesa: Maçã, Pera e banana

Quinta-feira

28/02/2019

Sopa: Grão com cenoura e nabo

Prato: Lentilhas estufadas com cenoura, feijão-verde e alho francês

Salada: Alface, couve roxa e tomate

Sobremesa: Laranja, banana e maçã

Sexta-feira

01/03/2019

Sopa: Alho Francês

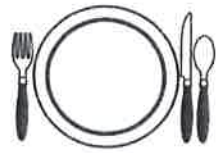
Prato: Arroz de feijão-frade, brócolos e alho francês

Salada: Alface, cenoura e milho

Sobremesa: Maçã, banana e pera

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES





Ementa

Semana de 04/03/2019 a 08/03/2019

Segunda-feira

04/03/2019

Férias

Terça-feira

05/03/2019



Quarta-feira

06/03/2019

Férias

Quinta-feira

07/03/2019

Sopa: Espinafres

Prato: Bife de peru estufado com massa esparguete

Salada: Cenoura, couve- roxa e tomate

Sobremesa: Ananás, laranja e kiwi

Sexta-feira

08/03/2019

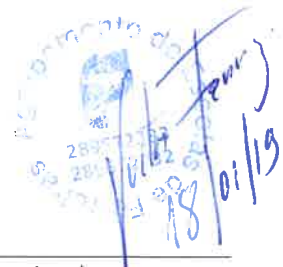
Sopa: Creme de lentilhas

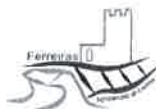
Prato: Solha frita com arroz de cenoura

Salada: Alface, pepino e tomate

Sobremesa: Pera, maçã e kiwi/Gelatina

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES





Ementa Vegetariana

Semana de 04/03/2019 a 08/03/2019

Segunda-feira

04/03/2019

Férias

Terça-feira

05/03/2019



Quarta-feira

06/03/2019

Férias

Quinta-feira

07/03/2019

Sopa: Espinafres

Prato: Lentilhas estufadas com salada russa (batata, ervilhas, feijão verde e cenoura)

Salada: Cenoura, couve- roxa e tomate

Sobremesa: Ananás, laranja e kiwi

Sexta-feira

08/03/2019

Sopa: Creme de lentilhas

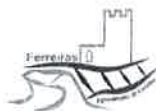
Prato: Jardineira de legumes (batata, cenoura e ervilhas)

Salada: Alface, pepino e tomate

Sobremesa: Pera, maçã e kiwi/Gelatina

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES





Ementa

Semana de 11/03/2019 a 15/03/2019

Segunda-feira

11/03/2019

Sopa: Couve lombarda

Prato: Costeleta de porco grelhado com esparguete

Salada: Alface, cenoura e milho

Sobremesa: Laranja, maçã e pera

Terça-feira

12/03/2019

Sopa: Creme de legumes

Prato: Salada de atum com batata e ovo

Salada: Alface, beterraba e cenoura

Sobremesa: Banana, maçã e kiwi

Quarta-feira

13/03/2019

Sopa: Feijão branco com espinafre

Prato: Bife da vazia com arroz primavera

Salada: Couve em juliana, pepino e tomate

Sobremesa: Pera, maçã e laranja

Quinta-feira

14/03/2019

Sopa: Primavera

Prato: Lombos de salmão gratinados com ervas aromáticas e batata corada

Salada: Beterraba, cenoura e tomate

Sobremesa: Kiwi, Laranja e maçã/ Fruta assada

Sexta-feira

15/03/2019

Sopa: Caldo Verde

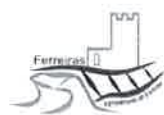
Prato: Feijoada

Salada: Milho, cebola e tomate

Sobremesa: Maçã, laranja e pera

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES





Ementa Vegetariana

Semana de 11/03/2019 a 15/03/2019

Segunda-feira

11/03/2019

Sopa: Couve lombarda

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

Salada: Alface, cenoura e milho

Sobremesa: Laranja, maçã e pera

Terça-feira

12/03/2019

Sopa: Creme de legumes

Prato: Cogumelos e curgete no forno com arroz de cenoura

Salada: Alface, beterraba e cenoura

Sobremesa: Banana, maçã e kiwi

Quarta-feira

13/03/2019

Sopa: Feijão branco com espinafre

Prato: Couve estufada com lentilhas e batata cozida

Salada: Couve em juliana, pepino e tomate

Sobremesa: Pera, maçã e laranja

Quinta-feira

14/03/2019

Sopa: Primavera

Prato: Grão-de-bico estufado com caril e massa fusilli

Salada: Beterraba, cenoura e tomate

Sobremesa: Kiwi, Laranja e maçã/ Fruta assada

Sexta-feira

15/03/2019

Sopa: Caldo Verde

Prato: Feijoada Vegetariana

Salada: Milho, cebola e tomate

Sobremesa: Maçã, laranja e pera

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES



Handwritten signature and date: 15/03/19