

Número de Ementa Semanal: 1

Semana		Sopa Principal		PRATO	SOBREMESA	ALERGÉNIOS
03/11/2025 A 07/11/2025	2ª Dia 3	Sopa de legumes	Prato Principal	Costeleta de porco grelhada com feijão preto e arroz	Fruta da época	12
			Dieta	Costeleta de porca grelhada com feijão preto e arroz	Fruta da época	12
	3ª Dia 4	Sopa de alho francês	Prato Principal	Filete de peixe-galo a vapor com salada de batata	Fruta da época	3,4
			Dieta	Filete de peixe-galo cozido com salada de batata	Fruta da época	3
	4ª Dia 5	Crema de cenoura e feijão	Prato Principal	Cubos de Frango estufado com ervilhas, guarnecido de esparguete	Fruta da época	1,3,12
			Dieta	Cubos de Frango cozido com esparguete e ervilhas	Fruta da época	1,3,12
	5ª Dia 6	Sopa de couve-flor	Prato Principal	Pescada assada no forno com arroz de cenoura	logurte	4,12
			Dieta	Pescada cozida com arroz e cenoura	logurte	4
	6ª Dia 7	Crema de espinafres	Prato Principal	Jardineira de Novilho (batatas, cenoura, ervilha)	Fruta da época	12
			Dieta	Jardineira de Novilho	Fruta da época	12

NOTA: As ementas podem sofrer alterações por motivos de força maior.

Número de Ementa Semanal: 2

Semana		Sopa Principal		PRATO	SOBREMESA	ALERGÉNIOS
10/11/2025 A 14/11/2025	2ª Dia 10	Sopa de legumes	Prato Principal	Bacalhau à Brás (bacalhau, batata, ovo)	Fruta da época	1,3,7,12
			Dieta	Lascas de bacalhau com batata e cenoura	Fruta da época	1,3,7,12
	3ª Dia 11	Sopa de alho francês	Prato Principal	Mini rojões com castanhas e arroz. Salada de alface e pepino	Fruta da época	4
			Dieta	Cubos de rojão cozidos com arroz e couve-flor	Fruta da época	4
	4ª Dia 12	Crema de cenoura e feijão	Prato Principal	Bife de peru grelhado com massa e cogumelos	Fruta da época	12
			Dieta	Bife de peru grelhado com massa e cogumelos	Fruta da época	12
	5ª Dia 13	Sopa de feijão-verde	Prato Principal	Abrótea assada no forno com batata assada e salada de alface	Gelatina	4
			Dieta	Abrótea cozida com batata cozida e salada de alface	Gelatina	4
	6ª Dia 14	Crema de couve-flor	Prato Principal	Feijoada Branca (porco, novilho)	Fruta da época	12
			Dieta	Cubos de novilho cozidos com arroz e cenoura	Fruta da época	

NOTA: As ementas podem sofrer alterações por motivos de força maior.

Número de Ementa Semanal: 3

Semana		Sopa Principal		PRATO	SOBREMESA	ALERGÉNIOS
17/11/2025 A 21/11/2025	2ª Dia 17	Sopa de legumes	Prato Principal	Panado de frango no forno com massa e cenoura	Fruta da época	1,3,12
			Dieta	Bife de frango grelhado com massa e cenoura	Fruta da época	1,3
	3ª Dia 18	Sopa de espinafres	Prato Principal	Barrita de peixe a vapor com arroz de tomate	Fruta da época	3,4
			Dieta	Filete de peixe cozido com arroz e couve branca	Fruta da época	3,4
	4ª Dia 19	Sopa de penca e feijão	Prato Principal	Esparguete à bolonhesa com salada de alface	Fruta da época	1,3,12
			Dieta	Novilho cozido com macarronete e legumes	Fruta da época	1,3,12
	5ª Dia 20	Sopa de lentilhas	Prato Principal	Pescada grelhada com salada de feijão-frade	logurte	1,3,4,12
			Dieta	Pescada grelhada com salada de feijão-frade	logurte	4,12
	6ª Dia 21	Sopa de couve-coração	Prato Principal	Rancho de carnes com grão-de-bico	Fruta da época	12
			Dieta	Cubos de novilho cozidos com grão-de-bico e massa	Fruta da época	12

NOTA: As ementas podem sofrer alterações por motivos de força maior.

Número de Ementa Semanal: 4

Semana		Sopa Principal		PRATO	SOBREMESA	ALERGÉNIOS
24/11/2025 A 28/11/2025	2ª Dia 24	Sopa de legumes	Prato Principal	Cubos de peru com cogumelos e arroz	Fruta da época	1,3,12
			Dieta	Cubos de peru cozidos com arroz cenoura	Fruta da época	1,3,12
	3ª Dia 25	Crema de cenoura	Prato Principal	Salmão grelhado com batata e brócolos	Gelatina	3,4
			Dieta	Salmão grelhado com batatas e brócolos	Gelatina	4
	4ª Dia 26	Sopa de feijão-verde	Prato Principal	Coxa de frango assada no forno com esparguete e salada de alface	Fruta da época	8,12
			Dieta	Coxa de frango assada no forno com esparguete e salada de alface	Fruta da época	8,12
	5ª Dia 27	Crema de alho francês	Prato Principal	Bacalhau a gomes de sá com salada de alface	Fruta da época	1,3,4
			Dieta	Bacalhau á gomes de sá com salada de alface	Fruta da época	4
	6ª Dia 28	Crema de cenoura	Prato Principal	Pá de porco assada no forno com estufado de lentilhas	Fruta da época	12
			Dieta	Pá de porco cozida com arroz e courgete	Fruta da época	

NOTA: As ementas podem sofrer alterações por motivos de força maior.