

Número de Ementa Semanal: **4**

Semana		SOPA		PRATO	SOBREMESA	ALERGÉNIOS
10/01/2022	2 ^a	Creme de legumes	Prato	Rancho de carnes	Fruta da época	1, 3, 12
			Dieta	Carne cozida com massa	Fruta da época	1,3
	3 ^a	Sopa de espinafres	Prato	Filete de pescada com feijão-frade e arroz. Salada de cenoura e alface	Fruta da época	4,3,7
			Dieta	Pescada cozida com batata	Fruta da época	4
	4 ^a	Creme de ervilhas	Prato	Frango estufado com batata. Salada de tomate e alface	Fruta da época	12
			Dieta	Frango cozido com batata. Salada de tomate e alface	Fruta da época	12
14/01/2021	5 ^a	Canja de galinha	Prato	Rojões com batata e arroz. Salada de alface e cenoura	Fruta da época	12
			Dieta	Carne de porco com batata	Fruta da época	12
	6 ^a	Sopa de feijão	Prato	Abrótea assada com arroz. Salada de alface e cenoura	logurte	12,4
			Dieta	Abrótea assada com arroz. Salada de alface e cenoura	logurte	12,4

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

Número de Ementa Semanal: **5**

Semana		SOPA		PRATO	SOBREMESA	ALERGÉNIOS
17/01/2022	2 ^a	Sopa de alho francês	Prato	Bife de frango com massa à italiana. Salada de cenoura, milho e alface	Fruta da época	1,3,12
			Dieta	Bife de frango, com massa à italiana. Salada de cenoura, milho e alface	Fruta da época	1,3
	3 ^a	Creme de ervilhas	Prato	Bacalhau à Brás. Salada de tomate e alface	Fruta da época	3,4
			Dieta	Arroz com migas de paloco	Fruta da época	4
	4 ^a	Sopa de brócolos	Prato	Peru assado com batata. Salada de couve-flor e cenoura	Fruta da época	12
			Dieta	Peru assado com batata. Salada de couve-flor e cenoura	Fruta da época	12
21/01/2022	5 ^a	Creme de cenoura	Prato	Fêvera grelhada com massa e cogumelos. Salada de alface e cenoura	Fruta da época	1,3,12
			Dieta	Fêvera cozida com massa e cenoura	Fruta da época	1,3
	6 ^a	Sopa de lentilhas	Prato	Pescada assada com arroz de cenoura. Salada de tomate e alface	Gelatina	4,12
			Dieta	Pescada cozida com arroz de cenoura	Gelatina	4

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

Número de Ementa Semanal: 6

Semana		SOPA		PRATO	SOBREMESA	ALERGÉNIOS
24/01/2022 a 28/01/2022	2 ^a	Sopa de legumes	Prato	Feijoada de novilho com arroz. Salada de alface e cenoura	Fruta da época	12
			Dieta	Frango cozido com arroz	Fruta da época	
	3 ^a	Sopa de alho francês	Prato	Bacalhau em cebolada com arroz branco. Salada de feijão-verde	Fruta da época	12,4
			Dieta	Bacalhau cozido com arroz de cenoura. Salada de feijão-verde	Fruta da época	4
	4 ^a	Crema de cenoura e feijão	Prato	Massa com frango. Salada de alface e tomate	Fruta da época	1,3,12
			Dieta	Massa com frango cozido e batata. Salada de alface e tomate	Fruta da época	1,3
	5 ^a	Sopa de couve-flor	Prato	Pá de porco assado com arroz de cenoura. Salada de alface e beterraba	Fruta da época	12
			Dieta	Pá de porco assado com arroz de cenoura. Salada de alface e beterraba	Pera assada	12
	6 ^a	Creme de espinafres	Prato	Robalo grelhado com salada de batata e legumes	logurte	4
			Dieta	Robalo cozido com batata e legumes	logurte	4

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

Número de Ementa Semanal: 7

Semana		SOPA		PRATO	SOBREMESA	ALERGÉNIOS
31/01/2022 a 04/02/2022	2 ^a	Sopa de feijão e couve coração	Prato	Massa à bolonhesa. Salada de alface e cenoura	Fruta da época	1,3,12
			Dieta	Coelho cozido com massa e legumes	Fruta da época	1,3
	3 ^a	Creme de ervilhas	Prato	Salada de arroz com salmão. Salada de alface e tomate	Fruta da época	3,4
			Dieta	Salmão cozido com arroz. Salada de alface e tomate	Fruta da época	,4
	4 ^a	Sopa de lentilhas	Prato	Bife de frango com salada de batata e legumes	Fruta da época	12
			Dieta	Bife de frango com salada de batata e legumes	Fruta da época	
	5 ^a	Creme de cenoura e feijão-verde	Prato	Rancho de carnes. Salada de alface e tomate	Fruta da época	1,3
			Dieta	Carne cozida com massa	Fruta da época	1,3
	6 ^a	Sopa de couve-flor	Prato	Sardinhas com arroz de cenoura. Salada de alface	Gelatina	3,4
			Dieta	Pescada cozida com arroz	Gelatina	3,4

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