

Número de Ementa Semanal: 1

Semana		Sopa Principal			SOBREMESA	ALERGÉNIOS
30/06/2025 A 04/07/2025	2ª Dia 30	Sopa de legumes	Prato Principal	Tiras de peru com molho de cogumelos e fusilli guarnecido de salada alface	Fruta da época	1,3,12
			Dieta	Tiras de peru grelhadas fusilli guarnecido de salada alface	Fruta da época	1,3,12
	3ª Dia 1	Sopa de alho francês	Prato Principal	Filetes de pescada com arroz de cenoura	Fruta da época	1,4
			Dieta	Filetes de pescada cozidos com arroz de cenoura	Fruta da época	4
	4ª Dia 2	Creme de cenoura e feijão	Prato Principal	Jardineira de Vitela (batata, ervilhas)	Fruta da época	12
			Dieta	Cubos de novilho cozido com batata e ervilhas	Fruta da época	12
	5ª Dia 3	Sopa de couve-flor	Prato Principal	Pescada em caldeirada com massa de cotovelos e salada de cenoura	logurte	1,3,4,12
			Dieta	Pescada cozida com massa cotovelos e cenoura	logurte	1,3,4
	6ª Dia 4	Creme de espinafres	Prato Principal	Rolo de carne com molho de tomate e arroz guarnecido salada alface	Fruta da época	1,3,12
			Dieta	Carne de novilho cozida com arroz e coração	Fruta da época	1,3

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

 Número de Ementa Semanal: 2

Semana		Sopa Principal			SOBREMESA	ALERGÉNIOS
07/07/2025 A 11/07/2025	2ª Dia 7	Sopa de legumes	Prato Principal	Lombo de porco assado com arroz de legumes	Fruta da época	12
			Dieta	Lombo de porco cozido com arroz de legumes	Fruta da época	12
	3ª Dia 8	Sopa de alho francês	Prato Principal	Barrita de peixe com salada de batata	Fruta da época	3,4
			Dieta	Carapau com azeite e alho guarnecido de salada de batata	Gelatina	4
	4ª Dia 9	Creme de cenoura e feijão	Prato Principal	Panado de frango no forno com penne e molho de tomate	Fruta da época	1,3,12
			Dieta	Bife de frango grelhado com penne e salada alface	Fruta da época	1,3
	5ª Dia 10	Sopa de feijão-verde	Prato Principal	Bacalhau á gomes de sá. Salada de tomate e alface	Fruta da época	3,4
			Dieta	Bacalhau á gomes de sá. Salada de tomate e alface	Fruta da época	3,4
	6ª Dia 11	Creme de couve-flor	Prato Principal	Coxa de frango assada com massa fusilli e salada de cenoura	Fruta da época	12
			Dieta	Coxa de frango assada com massa fusilli e salada de cenoura	Fruta da época	

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

Número de Ementa Semanal: 3

Semana		Sopa Principal			SOBREMESA	ALERGÉNIOS
14/07/2025 A 18/07/2024	2ª Dia 14	Sopa de legumes	Prato Principal	Bife de frango grelhado com espirais e cenoura	Fruta da época	1,3,12
			Dieta	Bife de frango grelhado com espirais e cenoura	Fruta da época	1,3,12
	3ª Dia 15	Sopa de espinafres	Prato Principal	Bacalhau à Brás com salada de tomate e alface	Fruta da época	3,4
			Dieta	Lascas de bacalhau cozido com batata e brócolos	Fruta da época	4
	4ª Dia 16	Sopa de penca e feijão	Prato Principal	Esparguete à bolonhesa com salada de alface e tomate	Fruta da época	1,3,12
			Dieta	Novilho cozido com massa meada e cenoura	Fruta da época	1,3,12
	5ª Dia 17	Sopa de lentilhas	Prato Principal	Posta de pescada frita com arroz de tomate	logurte	4
			Dieta	Posta de pescada cozida com arroz e couve coração	logurte	4
	6ª Dia 18	Sopa de couve-coração	Prato Principal	Mini rojões com batata e salada de alface e cenoura	Fruta da época	3,12
			Dieta	Mini rojões cozido com batata e cenoura	Fruta da época	

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

Número de Ementa Semanal: 4

Semana		Sopa Principal		PRATO	SOBREMESA	ALERGÉNIOS
21/07/2025 A 25/07/2025	2ª Dia 21	Sopa de legumes	Prato Principal	Costeleta de porco grelhada com feijão preto e arroz	Fruta da época	12
			Dieta	Costeleta de porco grelhada com cenoura e arroz	Fruta da época	12
	3ª Dia 22	Creme de cenoura	Prato Principal	Salada de batata com atum e ovo	Gelatina	1,3,4
			Dieta	Salada de batata com atum e ovo	Gelatina	4,12
	4ª Dia 23	Sopa de feijão-verde	Prato Principal	Arroz de aves	Fruta da época	3,12
			Dieta	Arroz de aves	Fruta da época	12
	5ª Dia 24	Creme de alho francês	Prato Principal	Salmão grelhado com batata e brócolos	Fruta da época	4
			Dieta	Salmão grelhado com batata e brócolos	Fruta da época	4
	6ª Dia 25	Creme de cenoura	Prato Principal	Frango assado com fusilli e molho de tomate	Fruta da época	1,3,12
			Dieta	Frango assado com fusilli e molho de tomate	Fruta da época	1,3,12

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

Número de Ementa Semanal: 5

Semana		Sopa Principal		PRATO	SOBREMESA	ALERGÉNIOS
28/07/2025 A 01/08/2025	2ª Dia 28	Sopa de legumes	Prato Principal	Pá de porco assada no forno com arroz de ervilhas	Fruta da época	12
			Dieta	Pá de porco cozida, com arroz de ervilhas	Fruta da época	
	3ª Dia 29	Sopa de alho francês	Prato Principal	Bacalhau assado na brasa com batata e salada de alface	Fruta da época	3,4
			Dieta	Bacalhau assado na brasa com batata e salada de alface	Fruta da época	3,4
	4ª Dia 30	Creme de cenoura e feijão	Prato Principal	Frango assado no forno com macarrão, guarnecido com salada de cenoura e tomate	Fruta da época	1,3,12
			Dieta	Frango assado no forno com macarrão, guarnecido com salada de cenoura e tomate	Fruta da época	1,3,12
	5ª Dia 31	Sopa de couve-flor	Prato Principal	Abrótea cozida com todos	logurte	1,3,4
			Dieta	Abrótea cozida com todos	logurte	4
	6ª Dia 1	Creme de espinafres	Prato Principal	Carne estufada à Jardineira (cenoura, ervilhas) com arroz	Fruta da época	12
			Dieta	Cubos de novilho cozidos com arroz e cenoura	Fruta da época	12

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