

Ementas 2025//2026

<u>Ementa 1</u>		Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa	Sopa de couve-flor	Sopa Brócolos	Sopa de espinafres	Creme Curgete	Sopa de Abobora
	Prato	Massa De frango 	Pataniscas De bacalhau com arroz de tomate   	Coelho Estufado com massa  	Abrotea Grelhada com Batata Cozida 	Feijoada E arroz seco
	Legumes/ Salada	Pepino	Alface	Pepino	Repolho	Couve
	Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época

<u>Ementa 2</u>		Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa	Sopa de couve-flor	Sopa Brócolos	Sopa de espinafres	Creme Curgete	Sopa de Abobora
	Prato	Arroz com carne picada	Peixe Vermelho em caldeirada com batatas 	Arroz Branco E fêveras grelhadas	Pescada cozida com salada russa  	Frango estufado com massa  
	Legumes/ Salada	Repolho	Brócolos	Salada mista (alface e tomate)	Ervilhas e cenoura (cozidos)	Pepino
	Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época

<u>Ementa 3</u>		Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa	Sopa de couve-flor	Sopa Brócolos	Sopa de espinafres	Creme Curgete	Sopa de Abobora
	Prato	Carne de vaca estufada com batatas	Filetes de pescada com arroz   	Massa à lavrador  	Arroz de bacalhau e 	Bife de Peru grelhado com massa Esparguete  
	Legumes/ Salada	Ervilhas e cenouras (cozidos)	Alface	Repolho	Couve	Tomate
	Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época

<u>Ementa 4</u>		Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa	Sopa de couve-flor	Sopa Brócolos	Sopa de espinafres	Creme Curgete	Sopa de Abobora
	Prato	Frango assado com arroz	 Pescada grelhada com batatas cozidas	 Coelho estufado com esparguete 	 Peixe vermelho caldeirada Arroz branco	 Lombinhos de porco estufados com Batata
	Legumes/ Salada	Alface	Repolho	Cenoura e ervilha (cozidos)	Cenoura raspada	Pepino
	Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época

<u>Ementa 5</u>		Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Almoço	Sopa	Sopa de couve-flor	Sopa Brócolos	Sopa de espinafres	Creme Curgete	Sopa de Abobora
	Prato	 Batatas cozidas com salmão grelhado	 Massa à bolonhesa 	 Douradinhos no forno com arroz de feijão 	Lombo de porco estufado Com batata	 Arroz de atum
	Legumes/ Salada	Brócolos	Pepino	Cenoura raspada	Tomate	Couve-flor
	Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época

Legenda

Cereais que contém glúten	Crustáceos/ produtos à base de crustáceos	Ovos/ produtos à base de ovos	Peixes/ Produtos à base de peixe	Amendoins/ produtos à base de amendoim	Soja/ produtos à base de soja	Leite/ produtos à base de leite	Frutos de casca rija	Aipo/ produtos à base de aipo	Mostarda/ produtos à base de mostarda	Sementes de sêsam/ produtos à base de sementes de sêsam	Dióxido de enxofre e sulfitos > a 10 mg/kg	Tremoço/ produtos à base de tremoço	Moluscos/ produtos à base de moluscos
---------------------------	---	-------------------------------	----------------------------------	--	-------------------------------	---------------------------------	----------------------	-------------------------------	---------------------------------------	---	--	-------------------------------------	---------------------------------------





Calendário

Mês	Dias	Ementa	Mês	Dias	Ementa
Setembro	12 a 07	Nº 1		02 a 08	Nº 3
	08 a 14	Nº 2		09 a 15	Nº 4
	15 a 21	Nº 3		16 a 22	Nº 5
	22 a 28	Nº 4	Março	23 a 01 /03	Nº 1
Outubro	29/09 a 05/10	Nº 5		02 a 08	Nº 2
	06 a 12	Nº 1		09 a 15	Nº 3
	13 a 19	Nº 2		16 a 22	Nº 4
	20 a 26	Nº 3		23 a 29	Nº 5
Novembro	27 a 02/11	Nº 4	Abril	30 a 05/04	Nº 1
	03 a 09	Nº 5		06 a 12	Nº 2
	10 a 16	Nº 1		13 a 19	Nº 3
	17 a 23	Nº 2		20 a 26	Nº 4
	24 a 29	Nº 3	Maio	27 a 03/04	Nº 5
Dezembro	01 a 07	Nº 4		04 a 10	Nº 1
	08 a 14	Nº 5		11 a 17	Nº 2
	15 a 21	Nº 1		18 a 24	Nº 3
	22 a 28	Nº 2		25 a 31	Nº 4
Janeiro	29 a 04/01	Nº 3	Junho	01 a 07	Nº 5
	05 a 11	Nº 4		08 a 14	Nº 1
	12 a 18	Nº 5		15 a 21	Nº 2
	19 a 25	Nº 1		22 a 28	Nº 3
Fevereiro	26 a 01/02	Nº 2	Julho	29 a 05/07	Nº 4
	02 a 08	Nº 3		06 a 12	Nº 5
	09 a 15	Nº 4		13 a 19	Nº 1
	16 a 22	Nº 5		20 a 26	Nº 2
				27 a 31	Nº 3