



Ementa



Semana de 14 a 18 de Março de 2022

Segunda-feira	Sopa	Repolho
	Prato	Almôndegas guisadas c/ ervilhas e massa
	Vegetariano	Almôndegas de seitan c/ massa
	Legumes	Ervilha e milho cozidos
	Sobremesa	Fruta da época
Terça-feira	Sopa	Espinafres e grão
	Prato	Filetes paloco panados c/ arroz
	Vegetariano	Salada de batata e legumes c/ grão
	Legumes	Cenoura e couve
	Sobremesa	Fruta da época
Quarta-feira	Sopa	Couve
	Prato	Bife de frango grelhado c/ arroz e batata frita
	Vegetariano	Lasanha de soja
	Legumes	Feijão verde e couve cozida
	Sobremesa	Fruta da época
Quinta-feira	Sopa	Feijão frade e abóbora
	Prato	Massa de peru
	Vegetariano	Legumes à espanhola
	Legumes	Tomate e milho
	Sobremesa	Fruta da época / mousse chocolate
Sexta-feira	Sopa	Nabo e couve
	Prato	Salada de atum e feijão frade
	Vegetariano	Estufado de legumes com massa
	Legumes	Alface e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época