



# Ementa



Semana de 23 a 27 de maio de 2022

Segunda-feira	Sopa	Alho-francês
	Prato	Pota panada com arroz de couve
	Vegetariano	Seitan no forno com arroz de legumes
	Legumes	Alface e beterraba
	Sobremesa	Fruta da época
Terça-feira	Sopa	Couve lombarda
	Prato	Almôndegas estufadas com massa
	Vegetariano	Massa com legumes salteados
	Legumes	Ervilha e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época
Quarta-feira	Sopa	Abóbora e brócolos
	Prato	Pescada no forno com molho de cenoura e arroz de feijão
	Vegetariano	Arroz de feijão com tomate
	Legumes	Alface e pepino
	Sobremesa	Fruta da época
Quinta-feira	Sopa	Espinafres
	Prato	Frango assado com massa
	Vegetariano	Guisado de legumes
	Legumes	Alface e pepino
	Sobremesa	Fruta da época
Sexta-feira	Sopa	Abóbora e massinhas
	Prato	Paloco à Gomes de Sá
	Vegetariano	Salada russa com ovo cozido
	Legumes	Alface e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época / musse