



Ementa



08 a 12 de janeiro de 2024

| | | |
|----------------------|--------------------|--------------------------|
| Segunda-feira | Sopa | Couve-flor |
| | Prato | Bolonhesa de cavala |
| | Vegetariano | Bolonhesa de soja |
| | Legumes | Couve-roxa e milho |
| | Sobremesa | Fruta da época / logurte |

| | | |
|--------------------|--------------------|---------------------------|
| Terça-feira | Sopa | Couve e grão-de-bico |
| | Prato | Jardineira de aves |
| | Vegetariano | Jardineira de legumes |
| | Legumes | Couve, cenoura e ervilhas |
| | Sobremesa | Fruta da época |

| | | |
|---------------------|--------------------|--|
| Quarta-feira | Sopa | Ervilhas |
| | Prato | Pescada com arroz de couve |
| | Vegetariano | Hambúguer vegetariano com arroz de couve |
| | Legumes | Beterraba e cebola |
| | Sobremesa | Fruta da época / Musse |

| | | |
|---------------------|--------------------|---|
| Quinta-feira | Sopa | Espinafres e feijão |
| | Prato | Panados de frango com massa salteada |
| | Vegetariano | Tofu estufado com arroz de grão-de-bico |
| | Legumes | Tomate e ervilhas |
| | Sobremesa | Fruta da época |

| | | |
|--------------------|--------------------|----------------------------|
| Sexta-feira | Sopa | Brócolos |
| | Prato | Arroz à valenciana |
| | Vegetariano | Massa de legumes gratinada |
| | Legumes | Alface e tomate |
| | Sobremesa | Fruta da época |