



# Ementa



29 de janeiro a 02 de fevereiro de 2024

<b>Segunda-feira</b>	<b>Sopa</b>	Abóbora
	<b>Prato</b>	Rolo misto (porco, vaca) no forno com esparguete
	<b>Vegetariano</b>	Hambúrguer vegetariano com massa
	<b>Legumes</b>	Couve-roxa e beterraba
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época

<b>Terça-feira</b>	<b>Sopa</b>	Curgete
	<b>Prato</b>	Pescada com arroz de tomate
	<b>Vegetariano</b>	Risoto com legumes salteados
	<b>Legumes</b>	Cenoura e tomate
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época / Iogurte

<b>Quarta-feira</b>	<b>Sopa</b>	Repolho e cenoura
	<b>Prato</b>	Rancho (porco, frango, chouriço)
	<b>Vegetariano</b>	Rancho vegetariano
	<b>Legumes</b>	Feijão-verde e cenoura
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época

<b>Quinta-feira</b>	<b>Sopa</b>	Couve e grão-de-bico
	<b>Prato</b>	Salada russa com atum e ovo
	<b>Vegetariano</b>	Tomates recheados com soja
	<b>Legumes</b>	Alface e tomate
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época / Leite-creme

<b>Sexta-feira</b>	<b>Sopa</b>	Macedónia
	<b>Prato</b>	Massa de frango com cenoura às rodelas
	<b>Vegetariano</b>	Massa de legumes, gratinada
	<b>Legumes</b>	Alface e milho
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época