

EMENTA ALMOÇO 23/03/2026 A 27/03/2026

DIA		PRATO	ACOMPANHAMENTO
2ª FEIRA	sopa	LEGUMES	
	carne	PANADOS DE PORCO	MACARRONETE
	peixe	BOLONHESA DE ATUM	ESPARGUETE
	dieta	FEBRAS GRELHADAS	MACARRONETE
	opção	PANADOS DE PORCO	MACARRONETE
	veget.	CUSCUS COM LEGUMES	
3ª FEIRA	sopa	FEIJAO VERDE	
	carne	BOLONHESA DE PORCO	ESPARGUETE
	peixe	RED FISH COZIDO	BATATA COZIDA
	dieta	RED FISH COZIDO	BATATA COZIDA
	opção	BOLONHESA DE PORCO	ESPARGUETE
	veget.	TOFU NO FORNO COM CEBOLADA E BATATA COZIDA	
4ª FEIRA	sopa	ESPINAFRES	
	carne	FEBRAS DE PORCO	BATATA FRITA E ARROZ
	peixe	PESCADA COZIDA	BATATA COZIDA
	dieta	PESCADA COZIDA	BATATA COZIDA
	opção	FEBRAS DE PORCO	BATATA FRITA E ARROZ
	veget.	CARIL DE LEGUMES COM ARROZ BRANCO	
5ª FEIRA	sopa	JULIANA	
	carne	FRANGO ASSADO	ARROZ E SALADA
	peixe	LASANHA DE PEIXE	
	dieta	FRANGO ASSADO	ARROZ E SALADA
	opção	FRANGO ASSADO	ARROZ E SALADA
	veget.	SEITAN DE CEBOLADA COM BATATA FRITA E SALADA	
6ª FEIRA	sopa	COUVE COM FEIJÃO	
	carne	ARROZ DE PATO	
	peixe	LULAS TOMATADA	ARROZ E SALADA
	dieta	ARROZ DE PATO	
	opção	ARROZ DE PATO	
	veget.	PANADO DE LEGUMES COM ARROZ E BATATA FRITA	

EMENTA JANTAR 23/03/2026 A 27/03/2026

DIA		PRATO	ACOMPANHAMENTO
2ª FEIRA	sopa	LEGUMES	
	carne	ALMONDEGAS DE VACA ESTUFADAS	ARROZ E SALADA
	peixe	CARAPAUZINHOS FRITOS	AÇORDA
	dieta	ALMONDEGAS DE VACA ESTUFADAS	ARROZ E SALADA
	opção	ALMONDEGAS DE VACA ESTUFADAS	ARROZ E SALADA
	veget.	LASANHA DE LEGUMES	
3ª FEIRA	sopa	FEIJÃO VERDE	
	carne	BIFE DE PORCO COM MOLHO BRANCO	ARROZ BATATA FRITA E SALADA
	peixe	FILETES NO FORNO	ARROZ E SALADA
	dieta	FILETES NO FORNO	ARROZ E SALADA
	opção	BIFE DE PORCO COM MOLHO BRANCO	ARROZ BATATA FRITA E SALADA
	veget.	JARDINEIRA DE TOFU	
4ª FEIRA	sopa	ESPINAFRES	
	carne	RISSOIS DE CARNE	ARROZ E SALADA
	peixe	ABRÓTEA COZIDA	BATATA COZIDA
	dieta	ABRÓTEA COZIDA	BATATA COZIDA
	opção	RISSOIS DE CARNE	ARROZ E SALADA
	veget.	ESTUFADINHO DE LENTILHAS COM LEGUMES E TOFU	
5ª FEIRA	sopa	JULIANA	
	carne	JARDINEIRA DE FRANGO	
	peixe	PESCADA COZIDA	BATATA COZIDA
	dieta	PESCADA COZIDA	BATATA COZIDA
	opção	JARDINEIRA DE FRANGO	
	veget.	LEGUMES DE FRICASSE COM MACARRONETE	
6ª FEIRA	sopa	COUVE COM FEIJÃO	
	carne	FEBRAS DE CEBOLADA	ARROZ E SALADA
	peixe	ABRÓTEA COZIDA	BATATA COZIDA
	dieta	ABRÓTEA COZIDA	BATATA COZIDA
	opção	FEBRAS DE CEBOLADA	ARROZ E SALADA
	veget.	HAMBURGUER DE SOJA GRElhADO COM ARROZ E BATATA FRITA	