



[Handwritten signature]

SEMANA de 03 a 07 de novembro de 2025 - Ementa 1

SEGUNDA	DESCRIÇÃO	
	SOPA	Curgete (curgete, nabo e alho francês)
	PRATO	Hambúrguers de vaca no forno com esparguete
	VEGETARIANO	Hambúrguers vegetariana com esparguete
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água
TERÇA	SOPA	Juliana de legumes (cenoura, repolho, abóbora, curgete)
	PRATO	Ovos mexidos com salsa e arroz de ervilhas
	VEGETARIANO	Empadão de legumes e lentilhas (alho francês, lentilhas, cenoura e arroz)
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água
QUARTA	SOPA	Sopa de lentilhas e batata doce (lentilhas, batata doce e cenoura)
	PRATO	Massa Italiana (esparguete, frango, fiambre, pimento e queijo)
	VEGETARIANO	Massa Italiana vegetariana (Esparguete, ervilhas, cogumelos, pimento e milho)
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água
QUINTA	SOPA	Caldo Verde
	PRATO	Bacalhau de Natas
	VEGETARIANO	Curgete no forno com grão (Curgete, grão de bico, alho francês, abóbora e batata)
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época/Gelatina
	BEBIDA	Água
SEXTA	SOPA	Grão com espinafres
	PRATO	Bifes de porco estufados com arroz de feijão
	VEGETARIANO	Seitan estufado com molho de tomate e arroz de feijão
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água

Nota: A refeição contém ou pode conter os seguintes alergéneos: 1- Cereais que contém glúten, 2- Crustáceos, 3- Ovos, 4- Peixe, 5- Amendoins, 6- Soja, 7- Leite, 8- Frutos de casca rija, 9- Aipo, 10- Mostarda, 11- Sementes de sésamo, 12- Dióxido de enxofre e sulfitos, 13- Tremoços, 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.

**SEMANA de 10 a 14 de novembro de 2025 - Ementa 2**

SEGUNDA	DESCRIÇÃO	
	SOPA	Creme de ervilhas
	PRATO	Fusili com atum, ovo cozido, cenoura e milho
	VEGETARIANO	Fusili com feijão- frade, ervilha, milho
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água
TERÇA	SOPA	Sopa de tomate e salsa
	PRATO	Strogonoff de vaca com arroz de cenoura
	VEGETARIANO	Strogonoff de soja com arroz de cenoura
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água
QUARTA	SOPA	Sopa de feijão vermelho com couve branca
	PRATO	Filetes de peixe dourados no forno c/ batata cozida
	VEGETARIANO	Beringela assada às rodelas, com pimentos e curgete c/ batata cozida e grão de bico
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Gelatina/fruta da época
	BEBIDA	Água
QUINTA	SOPA	Creme de cenoura
	PRATO	Feijoada (feijão, carne e chouriço) e arroz branco
	VEGETARIANO	Feijoada vegetariana (feijão, cenoura e repolho) c/ arroz branco
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água
SEXTA	SOPA	Sopa de abóbora e alho francês
	PRATO	Frango estufado com cenoura(molho de tomate) e massa
	VEGETARIANO	Almondegas vegetarianas e massa
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água

Nota: A refeição contém ou pode conter os seguintes alergéneos: 1- Cereais que contém glúten, 2- Crustáceos, 3- Ovos, 4- Peixe, 5- Amendoins, 6- Soja, 7- Leite, 8- Frutos de casca rija, 9- Aipo, 10- Mostarda, 11- Sementes de sésamo, 12- Dióxido de enxofre e sulfitos, 13- Tremoços, 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. **Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.**

A ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.

Bom apetite!



SEMANA de 17 a 21 de novembro de 2025 - ementa 3

SEGUNDA	DESCRIÇÃO	
	SOPA	Sopa bonita (cenoura, batata, repolho e ovo)
	PRATO	Lasanha de carne de vaca
	VEGETARIANO	Lasanha de espinafres e soja
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água
TERÇA	SOPA	Sopa á lavrador(feijão encarnado,couve, cenoura e massa)
	PRATO	Douradinhos no forno e salada russa com macedónia
	VEGETARIANO	Salada russa com macedónia e grão de bico e favas
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água
QUARTA	SOPA	Creme de couve-flor com alho francês
	PRATO	Bifes de porco estufados com molho de tomate arroz de cenoura e feijão
	VEGETARIANO	Arroz de ervilhas e legumes (arroz, ervilhas, tomate, pimentos)
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água
QUINTA	SOPA	Sopa de ervilhas e abóbora
	PRATO	Macarrão com atum gratinado, ovo cozido, feijão frade e cenoura
	VEGETARIANO	Cuscus com legumes, milho e feijão- frade
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	gelatina / Fruta da época
	BEBIDA	Água
SEXTA	SOPA	Canja / Canja sem frango(vegetariana)
	PRATO	Pernas de frango assadas com pimentos e puré de batata
	VEGETARIANO	Seitan à jardineira
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água

Nota: A refeição contém ou pode conter os seguintes alérgenos: 1- Cereais que contém glúten, 2- Crustáceos, 3- Ovos, 4- Peixe, 5- Amendoins, 6- Soja, 7- Leite, 8- Frutos de casca rija, 9- Aipo, 10- Mostarda, 11- Sementes de sésamo, 12- Dióxido de enxofre e sulfitos, 13- Tremoços, 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.

A ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.

Bom apetite!



SEMANA de 24 a 28 de novembro de 2025 - ementa 4

SEGUNDA	DESCRIÇÃO	
	SOPA	Creme de feijão branco
	PRATO	Medalhões de pescada no forno com arroz de tomate
	VEGETARIANO	Favas estufadas com cenoura e arroz de tomate
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Gelatina/Fruta da época
	BEBIDA	Água
TERÇA	SOPA	Couve-flor e cenoura
	PRATO	Strogonoff de frango com massa
	VEGETARIANO	Carbonara de ervilhas com cogumelos
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água
QUARTA	SOPA	Creme de Legumes
	PRATO	Chicharros com batata cozida e molho de vilão
	VEGETARIANO	Panados de tofu com batata cozida e molho de vilão
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água
QUINTA	SOPA	Grão de bico com hortaliças
	PRATO	Almondegas de vaca com esparguete
	VEGETARIANO	Empadão de massa com feijão frade, milho, cenoura
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água
SEXTA	SOPA	Peixe / SOPA VEGETARIANA - Tomate
	PRATO	Salada de atum (atum, batata e grão)
	VEGETARIANO	Beringela assada com pimentos, ervilhas e arroz branco
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água

Nota: A refeição contém ou pode conter os seguintes alergéneos: 1- Cereais que contém glúten, 2- Crustáceos, 3- Ovos, 4- Peixe, 5- Amendoins, 6- Soja, 7- Leite, 8- Frutos de casca rija, 9- Aipo, 10- Mostarda, 11- Sementes de sésamo, 12- Dióxido de enxofre e sulfitos, 13- Tremoços, 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. **Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.**

A ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.

Bom apetite!