

## EMENTA

### DEZEMBRO 2018

	<b>03 SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>04 TERÇA-FEIRA</b>	<b>05 QUARTA-FEIRA</b>	<b>06 QUINTA-FEIRA</b>	<b>07 SEXTA-FEIRA</b>
<b>SOPA</b>	PEIXE	GALINHA COM LEGUMES	BRÓCOLOS	FEIJÃO COM LEGUMES	NABO COM GRÃO
<b>PRATO</b>	FILETES PANADOS COM ARROZ E SALADA	ESPARGUETE À BOLONHESA COM LEGUMES	EMPADÃO DE ATUM COM ARROZ E SALADA	CARNE DE PORCO ASSADA COM PURÉ E LEGUMES	MEDALHÕES DE PESCADA COM BATATA E SALADA
<b>SOBREMESA</b>	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
<b>BEBIDA</b>	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA
	<b>10 SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>11 TERÇA-FEIRA</b>	<b>12 QUARTA-FEIRA</b>	<b>13 QUINTA-FEIRA</b>	<b>14 SEXTA-FEIRA ALMOÇO CONVÍVIO DE NATAL</b>
<b>SOPA</b>	ALHO FRANCÊS	CALDO VERDE	LEGUMES	SALSA COM CENOURA	
<b>PRATO</b>	ALMÔNDEGAS COM ESPARGUETE E LEGUMES	MEDALHÕES DE PESCADA COM BATATA E SALADA	FEIJOADA	ATUM COM MASSA E SALADA	FRANGO ASSADO, RECHEIO ARROZ DE PASSAS BATATA-DOCE E SALADA
<b>SOBREMESA</b>	FRUTA	FRUTA		FRUTA	BOLO
<b>BEBIDA</b>	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA

**Ementa sujeita a alterações.**

\* Todos os dias são servidos: Água como bebida, pão de mistura e salada com mais de 2 variedades

\*\*A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas


ASSINATURA DO CONSELHO EXECUTIVO:

EM VIGOR DE 03/12/2018 A 14/12/2018



## EMENTA

### NOVEMBRO 2018

				01 QUINTA-FEIRA	02 SEXTA-FEIRA	
<b>SOPA</b>				 01 de Novembro <b>Dia de Todos os Santos</b>	GALINHA COM LEGUMES	
<b>PRATO</b>					DOURADINHOS COM MASSA E SALADA	
<b>SOBREMESA</b>					FRUTA	
<b>BEBIDA</b>					ÁGUA	
		05 SEGUNDA-FEIRA	06 TERÇA-FEIRA	07 QUARTA-FEIRA	08 QUINTA-FEIRA	09 SEXTA-FEIRA
<b>SOPA</b>		GRÃO COM ESPINAFRES	NABO COM REPOLHO	ERVILHA	ALFACE	CENOURA
<b>PRATO</b>		BIFANAS COM BATATA E SALADA	FEIJOADA COM ARROZ	CARNE DE NOVILHO ASSADA COM PURÉ DE BATATA E LEGUMES	PUDIM DE ATUM COM ARROZ E SALADA	CARNE DE PORCO À ALENTEJANA COM SALADA
<b>SOBREMESA</b>		FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA/CASTANHAS
<b>BEBIDA</b>		ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA
		12 SEGUNDA-FEIRA	13 TERÇA-FEIRA	14 QUARTA-FEIRA	15 QUINTA-FEIRA	16 SEXTA-FEIRA
<b>SOPA</b>		FAVA	BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS	PEIXE	CANJA
<b>PRATO</b>		LASANHA DE NOVILHO E LEGUMES	MEDALHÕES DE PESCADA NO FORNO COM BATATA E SALADA	ESPARGUETE À BOLONHESA COM LEGUMES	BACALHAU COM TODOS E SALADA	FRANGO ASSADO COM ESPARGUETE E LEGUMES
<b>SOBREMESA</b>		FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
<b>BEBIDA</b>		ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA
		19 SEGUNDA-FEIRA	20 TERÇA-FEIRA	21 QUARTA-FEIRA	22 QUINTA-FEIRA	23 SEXTA-FEIRA
<b>SOPA</b>		SALSA COM CENOURA	LEGUMES COM FEIJÃO	CALDO VERDE	SOPA DE ABÓBORA	COUVE LOMBARDA
<b>PRATO</b>		SALADA DE AUM COM ALFACE E TOMATE	CARNE À JARDINEIRA	BACALHAU COM GRÃO E SALADA	CARNE ASSADA COM ARROZ E SALADA	POLVO ASSADO COM BATATA E SALADA
<b>SOBREMESA</b>		FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
<b>BEBIDA</b>		ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA
		26 SEGUNDA-FEIRA	27 TERÇA-FEIRA	28 QUARTA-FEIRA	29 QUINTA-FEIRA	30 SEXTA-FEIRA
<b>SOPA</b>		ALHO FRANCÊS COM CENOURA	LEGUMES	CEBOLA	SALSA	JULIANA
<b>PRATO</b>		ROLO DE CARNE COM PURÉ DE BATATA E LEGUMES	HAMBURGUERES VEGETARIANAS COM ARROZ E SALADA	ALMÔNDEGAS COM ESPARGUETE E LEGUMES	ATUM COM MASSA E SALADA	ERVILHAS GUIADAS
<b>SOBREMESA</b>		FRUTA	SALADA DE FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
<b>BEBIDA</b>		ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA

Ementa sujeita a alterações.

\* Todos os dias são servidos: Água como bebida, pão de mistura e salada com mais de 2 variedades

\*\*A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas


ASSINATURA DO CONSELHO EXECUTIVO:

EM VIGOR DE 02/11/2018 A 30/11/2018



## EMENTA

### OUTUBRO 2018

	01 SEGUNDA-FEIRA	02 TERÇA-FEIRA	03 QUARTA-FEIRA	04 QUINTA-FEIRA	05 SEXTA-FEIRA
<b>SOPA</b>	SALSA	JULIANA	PEIXE	FAVA	
<b>PRATO</b>	MACEDÓNIA DE PEIXE COM SALADA	CARNE ESTUFADA COM MASSA COM CENOURA	SALADA DE ATUM COM TOMATE E ALFACE	BIFES DE NOVILHO COM PURÉ DE BATATA E LEGUMES	
<b>SOBREMESA</b>	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	
<b>BEBIDA</b>	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	
	08 SEGUNDA-FEIRA	09 TERÇA-FEIRA	10 QUARTA-FEIRA	11 QUINTA-FEIRA	12 SEXTA-FEIRA
<b>SOPA</b>	GALINHA COM LEGUMES	COUVE LOMBARDA	COUVE FLOR COM ERVILHA E CENOURA RASPADA	SALSA	CANJA
<b>PRATO</b>	ALMONDEGAS COM ESPARGUETE E LEGUMES	FEIJOADA COM ARROZ	BIFE DE PORCO COM ARROZ DE TOMATE E LEGUMES	MEDALHÕES DE PESCADA COM BATATA E SALADA	FRANGO ASSADO COM PURÉ DE BATATA E LEGUMES
<b>SOBREMESA</b>	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
<b>BEBIDA</b>	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA
	15 SEGUNDA-FEIRA	16 TERÇA-FEIRA	17 QUARTA-FEIRA	18 QUINTA-FEIRA	19 SEXTA-FEIRA
<b>SOPA</b>	GRÃOC/ ESPINAFRE	CENOURA	CAMPONESA	CEBOLA	GALINHA COM LEGUMES
<b>PRATO</b>	STROGONOFF COM ARROZ E SALADA	DOURADINHOS COM MASSA E LEGUMES	CARNE À JARDINEIRA	ATUM COM FEIJÃO FRADE E SALADA	LASANHA DE NOVILHO COM LEGUMES
<b>SOBREMESA</b>	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
<b>BEBIDA</b>	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA
	22 SEGUNDA-FEIRA	23 TERÇA-FEIRA	24 QUARTA-FEIRA	25 QUINTA-FEIRA	26 SEXTA-FEIRA
<b>SOPA</b>	CALDO VERDE	ABÓBORA COM FEIJÃO-VERDE	BRÓCOLOS	NABO COM CENOURA	FEIJÃO COM LEGUMES
<b>PRATO</b>	ERVILHAS COM OVOS	CARNE ASSADA COM ARROZ DE LEGUMES	ATUM COM MASSA E SALADA	ALMÔNDEGAS COM ESPARGUETE E LEGUMES	BACALHAU Á BRÁS COM SALADA
<b>SOBREMESA</b>	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
<b>BEBIDA</b>	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA
	29 SEGUNDA-FEIRA	30 TERÇA-FEIRA	31 QUARTA-FEIRA		
<b>SOPA</b>	ALHO FRANCÊS COM CENOURA	COUVE LOMBARDA	BLOOD SOUP		
<b>PRATO</b>	CARNE DE PORCO À ALENTEJANA E SALADA	EMPADÃO DE ATUM COM ARROZ E SALADA	SMASHED BRAINS AND WORMS		
<b>SOBREMESA</b>	FRUTA	FRUTA	GELLY SURPRISE		
<b>BEBIDA</b>	ÁGUA	ÁGUA	WATER		

Ementa sujeita a alterações.

\* Todos os dias são servidos: Água como bebida, pão de mistura e salada com mais de 2 variedades

\*\*A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas

ASSINATURA DO CONSELHO EXECUTIVO:

EM VIGOR DE 01/10/2018 A 31/10/2018



## EMENTA

### SETEMBRO 2018

<b>SOPA</b>					
<b>PRATO</b>					
<b>SOBREMESA</b>					
<b>BEBIDA</b>					
	<b>17 SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>18 TERÇA-FEIRA</b>	<b>19 QUARTA-FEIRA</b>	<b>20 QUINTA-FEIRA</b>	<b>21 SEXTA-FEIRA</b>
<b>SOPA</b>	FEIJÃO COM LEGUMES	ALHO FRANCÊS E ERVILHAS	BRÓCOLOS	SALSA	CANJA
<b>PRATO</b>	DOURADINHOS COM ARROZ E SALADA	ROLO DE CARNE COM ESPARGUETE E LEGUMES	ERVILHAS COM OVOS	ATUM COM FEIJÃO FRADE E SALADA	FRANGO ASSADO COM PURÉ E LEGUMES
<b>SOBREMESA</b>	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
<b>BEBIDA</b>	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA
	<b>24 SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>25 TERÇA-FEIRA</b>	<b>26 QUARTA-FEIRA</b>	<b>27 QUINTA-FEIRA</b>	<b>28 SEXTA-FEIRA</b>
<b>SOPA</b>	ABÓBORA COM FEIJÃO VERDE	TOMATE	CALDO VERDE	PEIXE	FAVA E REPOLHO
<b>PRATO</b>	ESPARGUETE À BOLONHESA COM LEGUMES	FEIJOADA COM ARROZ	CARNE DE PORCO À ALENTEJANA E SALADA	MEDALHÕES DE PESCADA COM BATATA E SALADA	BIFES DE NOVILHO COM ESPARGUETE E LEGUMES
<b>SOBREMESA</b>	FRUTA	FRUTA		FRUTA	FRUTA
<b>BEBIDA</b>	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA

**Ementa sujeita a alterações.**

\* Todos os dias são servidos: Água como bebida, pão de mistura e salada com mais de 2 variedades

\*\*A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas

ASSINATURA DO CONSELHO EXECUTIVO:

EM VIGOR DE 17/09/2018 A 28/09/2018

