



EMENTA

Nº 5

Data 19 a 25 de Fevereiro de 2024

Local Edifício Sede

2ª FEIRA	SOPA	Creme de cenoura	
	PRATO	Bifes de peru grelhados com massa e esparregado	
	DIABÉTICOS	Bifes de peru grelhados com massa e esparregado	
	SEM GORDURA	Bifes de peru grelhados com massa e esparregado	
	COZIDOS E GRELHADOS	Bifes de peru grelhados com massa e esparregado	
	CANTINA SOCIAL	Bifes de peru grelhados com massa e esparregado	
SOBREMESA	Fruta da Época ou Sobremesa		
3ª FEIRA	SOPA	Couve coração	
	PRATO	Pescada cozida com batata e brócolos	
	DIABÉTICOS	Pescada cozida com batata e brócolos	
	SEM GORDURA	Pescada cozida com batata e brócolos	
	COZIDOS E GRELHADOS	Pescada cozida com batata e brócolos	
	CANTINA SOCIAL	Pescada cozida com batata e brócolos	
SOBREMESA	Fruta da Época ou Sobremesa		
4ª FEIRA	SOPA	Espinafres	
	PRATO	Salsichas frescas com lombardo com arroz branco	
	DIABÉTICOS	Salsichas frescas com lombardo com arroz branco	
	SEM GORDURA	Febras grelhadas com lombardo com arroz branco	
	COZIDOS E GRELHADOS	Febras grelhadas com lombardo com arroz branco	
	CANTINA SOCIAL	Salsichas frescas com lombardo com arroz branco	
SOBREMESA	Fruta da Época ou Sobremesa		
5ª FEIRA	SOPA	Feijão com hortaliça	
	PRATO	Paloco com broa, batata a murro e grelos	
	DIABÉTICOS	Paloco com broa, batata a murro e grelos	
	SEM GORDURA	Paloco cozido, batata a murro e grelos	
	COZIDOS E GRELHADOS	Paloco cozido, batata a murro e grelos	
	CANTINA SOCIAL	Paloco com broa, batata a murro e grelos	
SOBREMESA	Fruta da Época ou Sobremesa		
6ª FEIRA	SOPA	Creme de legumes	
	PRATO	Empadão de atum com arroz e salada mista	
	DIABÉTICOS	Empadão de atum com arroz e salada mista	
	SEM GORDURA	Solha grelhada com batata e salada mista	
	COZIDOS E GRELHADOS	Solha grelhada com batata e salada mista	
	CANTINA SOCIAL	Empadão de atum com arroz e salada mista	
SOBREMESA	Fruta da Época ou Sobremesa		
SÁBADO	SOPA	Feijão verde	
	PRATO	Macarronada de porco com macedónia de legumes	
	DIABÉTICOS	Macarronada de porco com macedónia de legumes	
	SEM GORDURA	Costeleta de porco grelhada com massa e macedónia de legumes	
	COZIDOS E GRELHADOS	Costeleta de porco grelhada com massa e macedónia de legumes	
	CANTINA SOCIAL	Macarronada de porco com macedónia de legumes	
SOBREMESA	Fruta da Época ou Sobremesa		
DOMINGO	SOPA	Couve flor	
	PRATO	Frango no forno com batata assada e couve flor	
	DIABÉTICOS	Frango no forno com batata assada e couve flor	
	SEM GORDURA	Frango no forno com batata assada e couve flor (s/ gordura e pele)	
	COZIDOS E GRELHADOS	Frango grelhado com batata assada e couve flor	
	CANTINA SOCIAL	Frango no forno com batata assada e couve flor	
SOBREMESA	Fruta da Época ou Sobremesa		

EMENTA SUJEITA ALTERAÇÕES

