



# EMENTA DA SEMANA

## SEGUNDA-FEIRA

02.06.2025

11:30 Sopa Creme de ervilhas com peixe / Sopa de espinafres

Prato Arroz de polvo com salada de tomate

Sobremesa Maçã

15:30 L. Tarde Iogurte e pão com manteiga ou doce de fruta sem adição de açúcar

## TERÇA-FEIRA

03.06.2025

11:30 Sopa Creme de curgete com vitela / Creme de cenoura e alho francês

Prato Massa à bolonhesa com cogumelos e salada mista

Sobremesa Pêra

15:30 L. Tarde Papa de fruta / Leite e pão com fiambre de aves

## QUARTA-FEIRA

04.06.2025

11:30 Sopa Creme de curgete com pescada / Creme de legumes

Prato Arroz de atum com salada mista

Sobremesa Banana

15:30 L. Tarde Panquecas de aveia e fruta / Iogurte líquido e pão com manteiga ou doce de fruta sem adição de açúcar

## QUINTA-FEIRA

05.06.2025

11:30 Sopa Sopa de nabijas com feijão vermelho e peru / Sopa de penca

Prato Strogonoff de peru com cogumelos e massa tricolor

Sobremesa Tangerina

15:30 L. Tarde Iogurte e pão com queijo / Leite e pão com queijo

## SEXTA-FEIRA

06.06.2025

11:30 Sopa Creme de couve - branca com peixe / Creme de ervilhas

Prato Bacalhau cozido com ovo, batata e couve flor salteada

Sobremesa Melão

15:30 L. Tarde Papa de aveia e fruta / Iogurte e pão com manteiga ou doce de fruta sem adição de açúcar

## OBSERVAÇÕES



# EMENTA DA SEMANA

## SEGUNDA-FEIRA

09.06.2025

11:30	Sopa	Creme de legumes com peixe / Sopa de couve coração
	Prato	Ovos mexidos com fiambre de frango e arroz de cenoura
	Sobremesa	Maçã
15:30	L. Tarde	logurte e pão com manteiga ou doce de fruta sem adição de açúcar

## TERÇA-FEIRA

10.06.2025

# Encerrado

## QUARTA-FEIRA

11.06.2025

11:30	Sopa	Sopa de penca com pescada / Sopa de nabo com feijão vermelho
	Prato	Lombinhos de pescada assados no forno com arroz de tomate
	Sobremesa	Pêra
15:30	L. Tarde	Panquecas de aveia e fruta / logurte líquido e pão com manteiga ou doce de fruta sem adição de açúcar

## QUINTA-FEIRA

12.06.2025

11:30	Sopa	Creme de legumes com vitela / Creme de couve-flor e cenoura
	Prato	Rancho
	Sobremesa	Banana
15:30	L. Tarde	logurte e pão com queijo / Leite e pão com queijo

## SEXTA-FEIRA

13.06.2025

11:30	Sopa	Creme de agrião com pescada / Sopa de nabiças com grão de bico
	Prato	Salada russa com pescada, cenoura, ervilhas e ovo
	Sobremesa	Maçã
15:30	L. Tarde	Papa de aveia e fruta / logurte e pão com manteiga ou doce de fruta sem adição de açúcar

## OBSERVAÇÕES



# EMENTA DA SEMANA

## SEGUNDA-FEIRA

16.06.2025

11:30	Sopa	Creme de legumes com frango / Creme de abóbora
	Prato	Massa tricolor com frango estufado e ervilhas
	Sobremesa	Maçã
15:30	L. Tarde	logurte e pão com manteiga / doce de fruta sem adição de açúcar

## TERÇA-FEIRA

17.06.2025

11:30	Sopa	Creme de cenoura com pescada / Sopa de feijão-verde
	Prato	Filetes de pescada com arroz de feijão e salada de alface
	Sobremesa	Pêra
15:30	L. Tarde	Papa de fruta / Leite e pão com queijo

## QUARTA-FEIRA

18.06.2025

11:30	Sopa	Creme de espinafres com frango / Creme de couve branca e cenoura
	Prato	Rojões com batatinhas aos cubos e salada mista
	Sobremesa	Banana
15:30	L. Tarde	Panquecas de aveia e fruta / logurte líquido e pão com manteiga ou doce de fruta sem adição de açúcar

## SEXTA-FEIRA

20.06.2025

11:30	Sopa	Creme de legumes com vitela / Creme de alho francês e grão-de-bico
	Prato	Massada de bacalhau com cenoura
	Sobremesa	Maçã
15:30	L. Tarde	logurte e pão com queijo ou doce de fruta sem adição de açúcar

## OBSERVAÇÕES



# EMENTA DA SEMANA

## QUARTA-FEIRA

25.06.2025

11:30	Sopa	Creme de espinafres com peixe / Creme de couve branca e cenoura
	Prato	Arroz malandrinho de peixe com tomate e cenoura raspada
	Sobremesa	Maçã
15:30	L. Tarde	Panquecas de aveia e fruta / logurte líquido e pão com manteiga ou doce de fruta sem adição de açúcar

## QUINTA-FEIRA

26.06.2025

11:30	Sopa	Creme de couve flor e cenoura com frango / Sopa de brócolos e cenoura
	Prato	Frango estufado com cenoura e esparguete
	Sobremesa	Banana
15:30	L. Tarde	logurte e pão com fiambre de aves / Leite e pão com fiambre de aves

## SEXTA-FEIRA

27.06.2025

11:30	Sopa	Creme de legumes com pescada / Creme de alho francês e grão-de-bico
	Prato	Lulas estufadas com ervilhas e batatinhas
	Sobremesa	Abacaxi
15:30	L. Tarde	Papa de aveia e fruta / logurte e pão com manteiga ou doce de fruta sem adição de açúcar

## OBSERVAÇÕES



# EMENTA DA SEMANA

## SEGUNDA-FEIRA

30.06.2025

11:30	Sopa	Sopa de couve-branca e abóbora com frango / Sopa de espinafres
	Prato	Omolete com cogumelos, cebola, salsa e arroz de tomate malandrinho
	Sobremesa	Maçã
15:30	L. Tarde	logurte e pão com manteiga ou doce de fruta sem adição de açúcar

## OBSERVAÇÕES