EMENTA PREVISTA

02 a 08 de Novembro de 2026

Normal e Dieta

	PEQ. ALMOÇO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
Seg, 02	1 Cháv. de leite 1 Pão com queijo creme **Sopas de Pão**	*Sopa* Juliana *Prato* Perú estufado com Massa e Salada Mista *Sobremesa* Laranja	1 Iogurte Fruta	*Sopa* Legumes *Prato* Solha no forno com batata e Legumes *Sobremesa* Banana
Ter, 03	1 Cháv. de leite 1 Pão torrado com manteiga **Nestum**	*Sopa* Canja *Prato* Pescada cozida com Batata, ovo e Legumes *Sobremesa* Pêra	1 Chávena de Leite com Cevada 1 Pão com fiambre	*Sopa* Legumes *Prato* Coelho Estufado com Massa e Salada Mista *Sobremesa* Kiwi
Qua, 04	Papas de Aveia	*Sopa* Feijão verde *Prato* Lasanha com Salada Mista *Sobremesa* Clementina	1 Chávena de Leite 1 pão com queijo creme	*Sopa* Legumes *Prato* Carapau Grelhado com batata e legumes *Sobremesa* Maçã
Qui, 05	1 cháv. de leite 1 pão torrado com manteiga **Sopas de pão**	*Sopa* Brócolos *Prato* Pargo Grelhado com Batata a Murro e Salada Mista *Sobremesa* Pera Assada	1 Chávena de leite com chocolate 1 Pão com chourição	*Sopa* Legumes *Prato* Coxas de Frango no forno com Arroz de Cenoura e Salada Mista *Sobremesa* Laranja
Sex, 06	1 cháv. de leite 1 pão com fiambre **Leite com Bolacha Maria**	*Sopa* Couve-Flor *Prato* Costeletas Estufada com Arroz e Salada Mista *Sobremesa* Maçã	1 Iogurte Bolachas Maria	*Sopa* Legumes *Prato* Caleirada de Raia *Sobremesa* Pêra
Sab, 07	1 cháv. de leite Cereais	*Sopa* Espinafre *Prato* Filetes de Pescada Panados no forno com Todos *Sobremesa* Manga	1 Chávena de leite 1 pão com manteiga	*Sopa* Legumes *Prato* Bifes Estufados com Massa e Salada Mista *Sobremesa* Fruta da época
Dom, 08	1 cháv. de leite 1 pão com doce **Leite com Bolacha Maria**	*Sopa* Alho Francês *Prato* Frango Churrasco com Arroz e Salada Mista *Sobremesa* Salada de Fruta	1 Iogurte 1 Pão com queijo creme	*Sopa* Couve *Prato* Salmão Grelhado com Batata e Salada Mista *Sobremesa* Banana

A ementa pode ser alterada sem aviso prévio.

De acordo com o Reg (EU) nº1169/2011 existem 14 alergenos que podem estar presentes nos alimentos que consumimos. Se tem alergia alimentar a algum destes 14 elementos, por favor contacte a nutricionista.



Dra. Adriana Oliveira(3417N)