

ementa

25 a 29 AGOSTO

de 2025



Quarta-feira

Suplemento da manhã
Pão [Contém: 1]
 Sopa
Caldo verde [Pode conter: 1,9]
 Prato
Strogonoff de frango c/ cogumelos, arroz e salada de alface e tomate [Contém: 7,14 Pode conter: 1,5,6,8,9,10,11]
 Dieta
Peitinhos de frango estufados ao natural c/ arroz e salada de alface e tomate [Contém: 14 Pode conter: 9,10,11]
 Vegetariano
Strogonoff soja c/ cogumelos, arroz e salada alface e tomate [Contém: 6,14 Pode conter: 1,5,8,9,10,11]
 Sobremesa
Fruta da época
 Lanche
logurte e pão c/ manteiga [Contém: 1,7]

Segunda-feira

Suplemento da manhã
Bolachas [Contém: 1,3,6,7,11,14 Pode conter: 5,8]
 Sopa
Sopa de espinafres
 Prato
Rancho [Contém: 1,6,7,14 Pode conter: 3]
 Dieta
Carnes mistas cozidas c/ massa, grão e couve [Contém: 1 Pode conter: 3]
 Vegetariano
Rancho vegetariano [Contém: 1,6,14 Pode conter: 3,5,8,11,12]
 Sobremesa
Fruta da época
 Lanche
Leite e pão c/ manteiga [Contém: 1,7]

Quinta-feira

Suplemento da manhã
Bolachas [Contém: 1,3,6,7,11,14 Pode conter: 5,8]
 Sopa
Creme de cenoura
 Prato
Atum c/ ovo e salada russa [Contém: 3,4,6 Pode conter: 9]
 Dieta
Atum em água c/ ovo e salada russa [Contém: 3,4 Pode conter: 9]
 Vegetariano
Salada russa vegetariana [Pode conter: 9]
 Sobremesa
Fruta da época
 Lanche
Cereais de arroz e trigo integral c/ leite [Contém: 1,7 Pode conter: 5,8]

Terça-feira

Suplemento da manhã
Pera
 Sopa
Sopa primavera [Pode conter: 9]
 Prato
Caldeirada mista c/ salada de tomate [Contém: 4,13,14 Pode conter: 9,10,11]
 Dieta
Caldeirada mista c/ salada de tomate [Contém: 4,13,14 Pode conter: 9,10,11]
 Vegetariano
Legumes salteados c/ feijão e batata [Contém: 14 Pode conter: 6,12]
 Sobremesa
Fruta da época
 Lanche
Leite e pão c/ fiambre [Contém: 1,6,7,9 Pode conter: 3,10,14]

Sexta-feira

Suplemento da manhã
Maçã
 Sopa
Sopa de nabijas
 Prato
Frango assado c/ arroz de alho francês e salada de alface [Contém: 14 Pode conter: 9,10,11]
 Dieta
Frango assado s/ tempero c/ arroz de alho francês e salada de alface [Contém: 14]
 Vegetariano
Arroz de legumes, cogumelos e lentilhas [Contém: 14]
 Sobremesa
Fruta da época
 Lanche
Leite e pão c/ queijo fresco de barrar [Contém: 1,7]

Se é alérgico ou intolerante a algumas das substâncias acima peça mais informação acerca da presença das mesmas nos pratos que constituem a ementa.

LEGENDA (? = pode conter)



Elaborado por
Nutricionista Diana Sintra

