

ementa de abril
semana de 22/04/2024 a 26/04/2024

dia	componente	descrição da refeição / alimentos
2 ^a -feira 22/abr.	Sopa	Sopa de espinafres com grão
	Prato principal	Barrinhas de pescada no forno com arroz de cenoura
	Prato	Barrinhas de vegetais no forno com arroz de cenoura
	Salada	Salada de alface, couve-roxa, milho, cenoura e cebola
	Sobremesa	Banana, abacaxi e pera
3 ^a -feira 23/abr.	Sopa	Creme de alho francês
	Prato principal	Macarronete de frango, ervilhas, cenoura e feijão-verde
	Prato	Macarronete de cogumelos, ervilhas, cenoura e feijão-verde
	Salada	Salada de alface, tomate e cebola
	Sobremesa	Maçã, laranja e kiwi
4 ^a -feira 24/abr.	Sopa	Sopa de couve coração
	Prato principal	Peixe-espada grelhado com batata, cenoura e feijão-verde cozidos
	Prato	Salteado de batata, grão-de-bico, brócolos, couve-flor e cenoura
	Salada	Salada de tomate, pepino e cebola
	Sobremesa	Clementina, pera e melão
5 ^a -feira 25/abr.	Sopa	
	Prato principal	
	Prato	FERIADO
	Salada	
	Sobremesa	
6 ^a -feira 26/abr.	Sopa	Sopa de couve galega com feijão-encarnado
	Prato principal	Maruca cozida com ovo, batata doce, brócolos e cenoura cozidos
	Prato	Estufado de cogumelos e grão-de-bico com batata doce, brócolos e cenoura
	Salada	Salada de alface, tomate e cebola
	Sobremesa	Maçã, pera, kiwi e gelatina
Observações:	Esta ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos, mantendo-se, sempre que possível o mesmo tipo de fornecedor proteico (carne / peixe / ovo / leguminosa) e o acompanhamento definido (entre batata / arroz ou massa). As refeições poderão ser sujeitas a ajustes, a quem solicitar, mediante indicação médica. É disponibilizada uma unidade de pão à refeição. É disponibilizada água à refeição. A captação deve ser ajustada à faixa etária / desenvolvimento individual da criança / jovem.	

ementa de abril

semana de 29/04/2024 a 03/05/2024

dia	componente	descrição da refeição / alimentos
2ª-feira 29/abr	Sopa	Sopa de feijão-verde
	Prato principal	Hambúrguer misto grelhado com arroz primavera (ervilhas, cenoura e milho)
	Prato vegetariano	Hambúrguer de vegetais grelhado com arroz primavera (ervilhas, cenoura, milho)
	Salada	Salada de alface, tomate, pepino e cebola
	Sobremesa	Maçã, banana e kiwi
3ª-feira 30/abr	Sopa	Creme de feijão manteiga e cenoura
	Prato principal	Massada de peixe (tamboril e pescada com massa cotovelinhos)
	Prato vegetariano	Massada de vegetariana (grão-de-bico e cogumelos com massa cotovelinhos)
	Salada	Salada de alface, couve-roxa e cebola
	Sobremesa	Abacaxi, pera e laranja
4ª-feira 1/mai		
5ª-feira 2/mai	Sopa	Sopa de juliana de legumes (couve-coração e cenoura) com grão-de-bico
	Prato principal	Pastéis de bacalhau no forno com arroz de tomate
	Prato vegetariano	Barritas de vegetais no forno com arroz de tomate
	Salada	Salada de alface, couve-roxa, pepino e cebola
	Sobremesa	Maçã, pera e banana
6ª-feira 3/mai	Sopa	Sopa de agrião
	Prato principal	Frango e cenoura estufados com massa espiral
	Prato vegetariano	Salsichas vegetarianas e cenoura estufadas com massa espiral
	Salada	Salada de alface, tomate, pepino, cenoura e cebola
	Sobremesa	Pera, kiwi e abacaxi
Observações:	<p>Esta ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos, mantendo-se, sempre que possível o mesmo tipo de fornecedor proteico (carne / peixe / ovo / leguminosa) e o acompanhamento definido (entre batata / arroz ou massa). As refeições poderão ser sujeitas a ajustes, a quem solicitar, mediante indicação médica.</p> <p>É disponibilizada uma unidade de pão à refeição.</p> <p>É disponibilizada água à refeição.</p> <p>A capitação deve ser ajustada à faixa etária / desenvolvimento individual da criança / jovem.</p>	

