

SEMANA DE 04 DE AGOSTO A 10 DE AGOSTO DE 2025				
	PEQUENO-ALMOÇO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
Segunda-feira 04/08/2025	Leite/Cereais c/ leite/Chá/Pão c/ fiambre	Sopa de couve lombarda Panados de frango no forno c/massa e brócolos cozidos Dieta: Bife de frango grelhado c/massa Fruta: Melancia	Leite/Chá/logurte Pão c/ compota de fruta	Sopa de couve lombarda Grão-de-bico c/ bacalhau, ovo e couve lombarda cozida Dieta: Bacalhau cozido c/ batata e cenoura cozida Fruta: Maçã Golden
Terça-feira 05/08/2025	Leite/Cereais c/ leite/Chá/Pão c/ manteiga	Sopa de peixe Filetes em papelote c/legumes e arroz branco Dieta: Filetes em papelote c/ couve-flor e arroz branco Fruta: Banana	Leite/Chá/logurte Pão c/ queijo	Sopa de peixe Esparguete à bolonhesa e salada de alface e tomate Dieta: Esparguete à bolonhesa ao natural Fruta: Maçã vermelha
Quarta-feira 06/08/2025	Leite/Cereais c/ leite/Chá/Pão c/ fiambre	Canja Frango assado c/massa tricolor e salada de tomate e pepino Dieta: Frango assado ao natural c/massa Fruta: Laranja	Leite/Chá/logurte Pão c/ manteiga	Canja Red fish estufado c/batata cozida e couve lombarda Dieta: Red fish estufado ao natural c/batata e cenoura cozida Fruta: Pêra assada
Quinta-feira 07/08/2025	Leite/Cereais c/ leite/Chá/Pão c/ queijo	Sopa de feijão-verde Pataniscas c/arroz de cenoura e salada de alface Dieta: Arroz de peixes c/cenoura Fruta: Maçã Golden	Leite/Chá/logurte Pão c/ compota de fruta	Sopa de feijão-verde Nacos de vitela estufados c/batata cozida e grelos Dieta: Nacos de vitela estufados ao natural c/batata cozida Fruta: Kiwi
Sexta – feira 08/08/2025	Leite/Cereais c/ leite/Chá/Pão c/ fiambre	Sopa de abóbora e espinafres Perninha de peru c/massa penne e couve-flor cozida Dieta: Perninha de peru ao natural c/massa penne Fruta: Pêssego	Leite/Chá/logurte Pão c/ queijo	Sopa de abóbora e espinafres Arroz de peixes e brócolos cozidos Dieta: Arroz de peixe ao natural Fruta: Banana
Sábado 09/08/2025	Leite/Cereais c/ leite/Chá/Pão c/ manteiga	Sopa de feijão c/ couve Robalo estufado c/batata cozida e legumes salteados (corgete, couve e cenoura) Dieta: Perca estufada ao natural c/batata cozida Fruta: Maçã vermelha	Leite/Chá/logurte Pão c/ fiambre	Sopa de feijão c/ couve Empadão de carne c/legumes cozidos Dieta: Empadão de carne ao natural Fruta: Pêra
Domingo 10/08/2025	Leite/Cereais c/ leite/Chá/Pão c/ queijo	Sopa de alho francês e c/cenoura ripada Arroz à Valenciana e salada de alface Dieta: Arroz de carnes Fruta: Pêra assada	Leite/Chá/logurte Pão c/ marmelada	Sopa de alho francês e c/cenoura ripada Douradinhos de pescada c/esparguete e cenoura cozida Dieta: Douradinhos de pescada c/esparguete e cenoura cozida Fruta: Laranja

OBS: Esta ementa pode sofrer alterações.

Serviços Administrativos
Rita Martins