



Ementa Refeitorio - PR

Almoço Refeição Normal

06/01/2025 - Segunda-feira

Alergênicos

Sopa:	#Macedónia de legumes	
Prato 1:	#Atum com ovo e salada russa e salada de alface, pepino e tomate	3, 4
Sobremesa:	# Dióspiro, maçã e banana	

07/01/2025 - Terça-feira

Alergênicos

Sopa:	#Nabiça com feijão-frade	
Prato 1:	#Arroz de aves (peru) salada de alface, couve em juliana ,milho	6, 12
Sobremesa:	#Clementina, maçã e pera	

08/01/2025 - Quarta-feira

Alergênicos

Sopa:	#Creme de tomate com ervilhas	
Prato 1:	#Massada de peixe(tintureira)com coentros, salada milho,pimento,tomate	4
Sobremesa:	#Laranja, banana, pera e maçã assada	

09/01/2025 - Quinta-feira

Alergênicos

Sopa:	#Feijão vermelho com couve portuguesa	
Prato 1:	#Carne de porco à portuguesa salada de alface,beterraba e pepino	12
Sobremesa:	# Banana, maçã e pera	

10/01/2025 - Sexta-feira

Alergênicos

Sopa:	#creme de alho francês com couve-flor	
Prato 1:	#Pescada estufada com arroz de feijão verde salada de couve de bruxelas, milho e tomate	4
Sobremesa:	#Kiwi, maçã, pera	



Ementa Refeitorio - PR

Almoço Refeição Vegetariana

06/01/2025 - Segunda-feira

Alergênicos

Sopa:	#Macedónia de legumes	
Prato 1:	#Salada de feijão frade c/batata, brócolo, cenoura e milho salada de couve roxa, pimento e tomate	12
Sobremesa:	# Dióspiro, maçã e banana	

07/01/2025 - Terça-feira

Alergênicos

Sopa:	#Nabiça com feijão-frade	
Prato 1:	#Arroz de lentilhas c/cenoura, alho francês e curgete salada de alface, couve em juliana e milho	
Sobremesa:	#Clementina, maçã e pera	

08/01/2025 - Quarta-feira

Alergênicos

Sopa:	#Creme de tomate com ervilhas	
Prato 1:	#Massada de feijão preto com cogumelos e coentros salada de alface, milho e tomate	1
Sobremesa:	#Laranja, banana, pera e maçã assada	

09/01/2025 - Quinta-feira

Alergênicos

Sopa:	#Feijão vermelho com couve portuguesa	
Prato 1:	#cogumelos com favas à portuguesa salada de alface, beterraba e pepino	
Sobremesa:	# Banana, maçã e pera	

10/01/2025 - Sexta-feira

Alergênicos

Sopa:	#creme de alho francês com couve-flor	
Prato 1:	#Feijão branco estufado c/curgete e couve lombarda, arroz de feijão verde salada de couve-de-bruxelas, milho e tomate	
Sobremesa:	#Kiwi, maçã, pera	