



Semana de 20 de julho a 24 de julho de 2026

Segunda-feira

Sopa	Sopa de sabóia
Prato Normal	Rancho, com massa, grão de bico, cenoura e couve estufados
Prato Dieta	Rancho, com massa, grão de bico, cenoura e couve estufados
Sobremesa	Maçã
Lanche	Leite/chá/cevada e pão de centeio com compota

Terça-feira

Sopa	Creme de cenoura
Prato Normal	Sardinha petinga frita com arroz de feijão e salada de tomate
Prato Dieta	Sardinha assada com arroz de feijão e salada de tomate
Sobremesa	Melancia
Lanche	Leite/chá/cevada e pão de centeio com queijo

Quarta-feira

Sopa	Sopa à Juliana
Prato Normal	Perú assado com batata cerejada e salada de alface
Prato Dieta	Perú assado "ao natural" com batata cerejada e salada de alface
Sobremesa	Banana
Lanche	Leite/chá/cevada e pão de centeio com fiambre

Quinta-feira

Sopa	Sopa de vagem
Prato Normal	Feijão frade com atum e coração cozido
Prato Dieta	Feijão frade com atum e coração cozido
Sobremesa	Pêra
Lanche	Leite/chá/cevada e pão de centeio com manteiga

Sexta-feira

Sopa	Sopa de alho francês
Prato Normal	Almôndegas com arroz de legumes
Prato Dieta	Almôndegas "ao natural" com arroz de legumes
Sobremesa	Bolo de laranja
Lanche	Leite/chá/cevada e pão de centeio com queijo