

Semana de 31 de agosto a 4 de setembro de 2026

Segunda-feira

Sopa	Crepe de legumes
Prato Normal	Bife de vaca frito com ovo estrelado, arroz branco, feijão preto e salada de tomate
Prato Dieta	Bife de vaca grelhado com ovo escalfado, arroz branco, feijão preto e salada de tomate
Sobremesa	Maçã
Lanche	Leite/chá/cevada e pão de centeio com manteiga

Terça-feira

Sopa	Sopa de sabóia
Prato Normal	Pescada cozida com batata, ovo, cenoura e coração cozidos
Prato Dieta	Pescada cozida com batata, ovo, cenoura e coração cozidos
Sobremesa	Banana
Lanche	Leite/chá/cevada e pão de centeio com compota (0% açúcar)

Quarta-feira

Sopa	Sopa de couve flor
Prato Normal	Arroz de pato com legumes salteados
Prato Dieta	Arroz de pato "ao natural" com legumes salteados
Sobremesa	Pêra
Lanche	Leite/chá/cevada e pão de centeio com queijo

Quinta-feira

Sopa	Sopa de nabos
Prato Normal	Sardinha assada com batata cozida, pimento e salada de alface
Prato Dieta	Sardinha assada com batata cozida, pimento e salada de alface
Sobremesa	Kiwi
Lanche	Leite/chá/cevada e pão de centeio com fiambre

Sexta-feira

Sopa	Sopa de espinafres
Prato Normal	Rancho com massa, grão de bico, cenoura e coração estufados
Prato Dieta	Rancho "ao natural" com massa, grão de bico, cenoura e coração estufados
Sobremesa	Salada de fruta
Lanche	Leite/chá/cevada e pão de centeio com manteiga