



Semana de 14 de setembro a 18 de setembro de 2026

Segunda-feira

Sopa	Sopa de vagens
Prato Normal	Jardineira com batata, ervilha e cenoura
Prato Dieta	Jardineira "ao natural" com batata, ervilha e cenoura
Sobremesa	Laranja
Lanche	Leite/chá/cevada e pão com manteiga

Terça-feira

Sopa	Sopa de legumes
Prato Normal	Peixe-vermelho assado com arroz branco e salada de alface
Prato Dieta	Peixe-vermelho assado "ao natural" com arroz branco e salada de alface
Sobremesa	Pêra
Lanche	Leite/chá/cevada e pão com compota

Quarta-feira

Sopa	Sopa de abóbora com couve branca
Prato Normal	Bife de peru grelhado com esparguete e legumes salteados
Prato Dieta	Bife de peru grelhado com esparguete e legumes salteados
Sobremesa	Banana
Lanche	Leite/chá/cevada e pão com queijo

Quinta-feira

Sopa	Creme de cenoura
Prato Normal	Robalo grelhado com arroz malandro de feijão e salada de tomate
Prato Dieta	Robalo grelhado com arroz malandro de feijão e salada de tomate
Sobremesa	Maçã
Lanche	Leite/chá/cevada e pão com manteiga

Sexta-feira

Sopa	Sopa de sabóia com feijão
Prato Normal	Coelho estufado com puré de batata e coração cozido
Prato Dieta	Coelho estufado "ao natural" com puré de batata e coração cozido
Sobremesa	Rabanadas
Lanche	Leite/chá/cevada e pão com fiambre