EMENTA

Menu da semana de 09 a 13 de novembro 2026

Segunda-feira

Sopa:	Canja
Prato:	Carne picada c/ feijão e arroz
Vegetais:	Alface
Dieta:	Bife de peru c/ arroz branco
Sobremesa:	Fruta da época

Terça-feira

Sopa:	Creme de cenoura
Prato:	Legumes à brás
Vegetais:	Alface e cenoura
Dieta:	Pescada cozida c/ batata, ovo e brócolos
Sobremesa:	Fruta da época

Quarta-feira

Sopa:	Creme de legumes
Prato:	Pernas de frango no forno c/ esparguete
Vegetais:	Beterraba e cenoura
Dieta:	Bifes de frango c/ massa
Sobremesa:	Fruta da época

Quinta-feira

Sopa:	Creme de courgete
Prato:	Arroz de atum c/ legumes
Vegetais:	Alface
Dieta:	Lombo de pescada cozida c/ batata, cenoura e brócolos
Sobremesa:	Fruta da época

Sexta-feira

Sopa:	Agrião
Prato:	Bife de perú c/ puré
Vegetais:	Beterraba e alface
Dieta:	Bife de perú c/arroz branco
Sobremesa:	Fruta da época