

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	01/12/2025	02/12/2025	03/12/2025	04/12/2025	05/12/2025
Sopa		Curgete	Brócolos	Lentilhas	Nabiça
Prato		Salada de feijão frade com atum e ovo (conserva de atum natural) ^{3,4}	Bife de vaca de cebolada com cogumelos e esparguete ¹	Palmeta ⁴ no forno à provençal com salada de batata, cenoura, ervilhas e milho	Pato assado com arroz branco
Vegetariano	Feriado	Saladinha de feijão frade, batata, cenoura, feijão verde e milho	Bolonhesa de soja com esparguete ^{1,6}	Jardineira de feijão encarnado com legumes (batata, cenoura, curgete, alho francês)	Tomatada de lentilhas com arroz branco
Legumes/Salada		Brócolos e feijão verde salteado	Alface, cenoura e beterraba	Tomate, pepino e milho	Alface, couve roxa e cenoura ralada
Sobremesa		Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época/ Fruta assada	Fruta da época
	08/12/2025	09/12/2025	10/12/2025	11/12/2025	12/12/2025
Sopa		Cenoura e abóbora	Couve coração	Espinafres	Curgete e feijão branco
Prato		Bolonhesa de carne (vaca 100%) com esparguete ¹	Bacalhau com todos (ovo e batata, cenoura e couve cozidos) ^{3,4}	Perna de frango no forno ao limão, com tomilho e alecrim. massa espiral ¹	Filete de abrótea ⁴ no forno com azeitona preta picada, tomilho e alecrim, arroz de feijão
Vegetariano	Feriado	Bolonhesa de soja com esparguete ^{1,6}	Salada de grão, cenoura, couve e batata	Lentilhas estufadas com legumes (cenoura, feijão verde, couve flôr) e massa espiral ¹	Feijão vermelho guisado com alho francês, feijão verde e arroz de tomate
Legumes/Salada		Alface, couve roxa e pepino	Couve coração e cenoura salteada	Cenoura, tomate, couve roxa	Alface, pepino, beterraba
Sobremesa		Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época/ Pudim ⁷
	15/12/2025	16/12/2025	17/12/2025	18/12/2025	19/12/2025
Sopa	Alface	Couve branca	Curgete e cenoura	Alho francês e grão	Couve lombarda
Prato	Ovos ³ mexidos com cogumelos e salsa, arroz de ervilhas	Massada de peixe (lula, filete pescada, filete salmão) ^{1,4}	Perna de peru salteada com alho francês, couscous ⁵ e curgete	Lombinhos de pescada ⁴ estufados com arroz de ervilhas	Perna de frango com crosta de pão ralado e ervas aromáticas no forno com massa lacinhos ¹
Vegetariano	Stroganoff de tofu ^{1,6} com cogumelos e arroz de ervilhas	Estufado de feijão branco com couve coração e massa ¹	Grão em tomatda com couscous ¹ com curgete e alho francês	Lentilhas estufadas com tomate e arroz de cenoura	Feijão vermelho estufado com cogumelos, alho francês, brócolos e massa lacinhos ¹
Legumes/Salada	Alface, cenoura e milho	Alface, cenoura e beterraba	Tomate pepino e couve roxa	Feijão verde salteado	Tomate, alface e pepino
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época/Fruta cozida aromatizada com laranja	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
	22/12/2025	23/12/2025	24/12/2025	25/12/2025	26/12/2025
Sopa	Creme de cenoura	Grão com espinafres	Couve-flor e abóbora		Alface, curgete, cenoura
Prato	Almôndegas (vaca 100%) estufadas com massa macarronete ¹	Filete pescada ⁴ com cebolinho e arroz de açafrao	Bife de vaca estufado no tacho com massa espiral ¹		Perú (peito) no forno fatiada com arroz primavera
Vegetariano	Ratatouille guisado com ervilhas, macarronete ¹ e cogumelos	Grão estufado com couscous ¹ , curgete, tomate, beringela, cebola, pimento e hortelã	Favas estufadas com batata, feijão verde, milho, cenoura, pimento e salsa	Feriado	Empadão de soja ⁶ com arroz
Legumes/Salada	Alface, pepino, tomate	Brócolos e cenoura salteados	Alface, tomate e milho		Legumes salteados (cenoura, feijão verde, espinafres)
Sobremesa	Fruta da época	Gelatina / Fruta da época	Fruta da época		Fruta da época
	29/12/2025	30/12/2025	31/12/2025		
Sopa	Legumes (couve branca, espinafres e curgete)	Couve coração e cenoura	Couve branca e feijão branco		
Prato	Barrinhas de pescada ^{1,4} no forno com arroz de ervilhas	Rancho (grão, perna frango, couve coração, massa) ¹	Bacalhau à gomes de sã ^{3,4} (batata, ovo cozido, salsa, azetionas) bacalhau demolhado		
Vegetariano	Feijão encarnado estufado com cogumelos, alho francês, cenoura, e arroz de ervilhas	Ervilhas guisadas com couve coração e cenoura com arroz primavera	Salada de grão, cebola, feijão verde, salsa e batata cozida		
Legumes/Salada	Alface, cenoura e beterraba	Alface, tomate, couve roxa	Alface, pepino, tomate		
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época		
Lanche	Bola mistura ¹ com queijo flamengo ⁷ e iogurte líquido aromas ⁷	Pão de sementes ^{1,11} com creme vegetal de barrar ⁷ , leite simples D.I ⁷	Bola mistura ¹ com manteiga de amendoim 100% ⁵ , iogurte sólido aromas ⁷	D.I de tosta milho, leite simples D.I ⁷ e 1 peça fruta	Pão de sementes ^{1,11} com queijo D.I ⁷ e iogurte sólido de aromas ⁷

A refeição contém ou pode conter os seguintes alérgenos: 1- Cereais que contém glúten, 2- Crustáceos, 3- Ovos, 4- Peixe, 5- Amendoins, 6- Soja, 7- Leite, 8- Frutos de casca rija, 9- Aipo, 10- Mostarda, 11- Sementes de sésamo, 12- Dióxido de enxofre e sulfitos, 13- Tremoços, 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. **Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.**