

	Segunda-Feira 27/04/2026	Terça-Feira 28/04/2026	Quarta-Feira 29/04/2026	Quinta-Feira 30/04/2026	Sexta-Feira 01/05/2026
Sopa					
Prato					
3ª Vegetariano					Feriado
Legumes/Salada					
Sobremesa					
	04/05/2026	05/05/2026	06/05/2026	07/05/2026	08/05/2026
Sopa	Creme de curgete	Brócolos	Grão e couve coração	Nabiça	Creme de cenoura
Prato	Bolonesa de atum (conserva atum natural) ^{1,3,4,7}	Chili de carne vaca 100% com arroz branco	Filete de pescada ⁴ no forno com alecrim e batata cozida	Cozido de carnes (perna frango e lombo porco) à portuguesa com arroz de cenoura e lombardo	Peixe ⁴ estufado com tomate e pimentos, coentros e batata (Lula, filete de salmão, filete pescada)
4ª Vegetariano	Bolonesa de lentilhas com tomate e oregãos	Chili de legumes e cogumelos com feijão encarnado e arroz branco	Estufado de seitán ^{1,6} com cenoura, couve-flôr e batata	Feijão catarino estufado com milho, cogumelos e arroz de cenoura e lombardo	Grão estufado com batata, tomate, curgete, pimento verde/vermelho)
Legumes/Salada	Alface, beterraba e tomate	Cenoura, milho e tomate	Alface, tomate, couve roxa	Couve e cenoura cozida à portuguesa	Filete de Ab' r
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época/ Fruta cozida com canela
	11/05/2026	12/05/2026	13/05/2026	14/05/2026	15/05/2026
Sopa	Alface	Brócolos	Creme de alho francês e abóbora	Camponesa (feijão, lombardo e batata)	Juliana
Prato	Ovos ³ mexidos com cogumelos e salsa, arroz de ervilhas	Filete / lombo salmão ⁴ no forno com cebolinho e batata cozida	Massa (macarronete) ¹ de carne porco, cenoura e grão (lombo porco)	Filete Abrótea ⁴ com ervas provençe e arroz branco	Perna de frango estufada de tomatada com cenoura e esparguete ¹
5ª Vegetariano	Strogonoff de tofu ^{1,6} com cogumelos e arroz de ervilhas	Empadão de lentilhas	Legumes no forno (grão, massa ¹ , espinafres, cenoura)	Hamburguer de quinoa ^{1,6} com batata doce e arroz branco	Massa ¹ guisada com cenoura, ervilhas e couve-flôr
Legumes/Salada	Alface, cenoura e milho	Alface, cenoura e couve roxa	Tomate, alface, beterraba	Salteado verde (grelos, brócolos, ervilhas)	Alface, cenoura ralada e beterraba
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Gelatina /Fruta da época	Fruta da época
	18/05/2026	19/05/2026	20/05/2026	21/05/2026	22/05/2026
Sopa	Curgete	Brócolos	Lentilhas	Nabiça	Creme de cenoura
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	Filete de Red Fish ¹ no forno à provençal com salada de batata, cenoura, ervilhas e milho	Pato assado com arroz branco	Massa (cotovelinhos) de peixe com salsa (lula, filete salmão, filete pescada) ^{1,4}
6ª Vegetariano	Saladinha de feijão frade, batata, cenoura, feijão verde e milho	Bolonesa de soja com esparguete ^{1,6}	Jardineira de feijão encarnado com legumes (batata, cenoura, curgete, alho francês)	Tomatada de lentilhas com arroz branco	Massa cotovelinhos ¹ com feijão catarino estufado, milho e cenoura
Legumes/Salada	Brócolos e feijão verde salteado	Alface, cenoura e beterraba	Tomate, pepino e milho	Alface, couve roxa e cenoura ralada	Rúcula, pepino e tomate
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época/ Fruta assada	Fruta da época	Fruta da época
	25/05/2026	26/05/2026	27/05/2026	28/05/2026	29/05/2026
Sopa	Cenoura e abóbora	Couve coração	Espinafres	Curgete e feijão branco	Legumes (brócolos, couve-flôr, cenoura)
Prato	Bolonesa de carne (vaca 100%) com esparguete ¹	Bacalhau fresco lascado 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 Pescada ⁴ no forno com azeitona preta picada, tomilho e alecrim, arroz de feijão	Jardineira (carne de porco, batata, cenoura e ervilhas)
7ª Vegetariano	Bolonesa 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	Favas estufadas com batata, cenoura e cogumelos
Legumes/Salada	Alface, couve roxa e pepino	Couve coração e cenoura salteada	Cenoura, tomate, couve roxa	Alface, pepino, beterraba	Brócolos cozidos
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Pudim ⁷ / 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.i⁷ 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 alergéneos: 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- Tremçoos, 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.