

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	01/09/2025	02/09/2025	03/09/2025	04/09/2025	05/09/2025
Sopa	Creme de cenoura	Grão com espinafres	Couve-flor e abóbora	Feijão verde	Alface, curgete, cenoura
Prato	Almôndegas (vaca 100%) estufadas com massa macarronete ¹	Filete pescada ⁴ com cebolinho e arroz de açafrão	Bife de vaca estufado no tacho com massa espiral ¹	Feijoada de lulas ¹⁴	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	Feijão encarnado estufado com legumes (alho francês, curgete e abóbora) e massa macarronete ¹	Empadão de soja ⁶ com arroz
Legumes/Salada	Alface, pepino, tomate	Brócolos e cenoura salteados	Alface, tomate e milho	Pepino, tomate, couve roxa	Legumes salteados (cenoura, feijão verde, espinafres)
Sobremesa	Fruta da época	Gelatina / Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
	08/09/2025	09/09/2025	10/09/2025	11/09/2025	12/09/2025
Sopa	Legumes (couve branca, espinafres e curgete)	Couve coração e cenoura	Couve branca e feijão branco	Creme de alho francês	Brócolos
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, azeitonas) bacalhau demolhado	Lombo de porco assado fatiado com cogumelos, tomilho, limão e esparguete ¹	Arroz de peixe (palmeta, corvina, filete pescada) ⁴
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	Macarronada ¹ de soja ⁶ grossa, alho francês, cenoura, curgete e pimentos	Arroz de lentilhas, brócolos e cogumelos
Legumes/Salada	Alface, cenoura e beterraba	Alface, tomate, couve roxa	Alface, pepino, tomate	Alho francês, ervilhas e brócolos cozidos	Alface, tomate e cenoura ralada
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época/ Fruta assada
	15/09/2025	16/09/2025	17/09/2025	18/09/2025	19/09/2025
Sopa	Alho francês e ervilhas	Caldo verde	Creme de curgete	Espinafres	Couve-flôr
Prato	Hamburguer (vaca 100%) no forno com esparguete ¹	Salada de peixe ^{3,4} (palmeta) com batata, cenoura, ervilhas e ovo cozido	Feijoada de frango (perna de frango com couve lombarda, cenoura e feijão encarnado) arroz branco	Abrótea ⁴ estufada com alecrim e tomilho, batata cozida	Febras estufadas com massa espiral ¹
Vegetariano	Soja ⁶ granulada em molho de tomate com cenoura e esparguete ¹	Ervilhas estufadas com cebola, feijão verde e batata	Feijão vermelho estufado com couve lombarda, cenoura e arroz	Salada de feijão frade cozido com cebola e batata	Rancho de grão, curgete, cenoura e massa espiral ¹
Legumes/Salada	Cenoura, milho e rucula	Alface, cenoura e milho	Couve roxa, pepino e beterraba	Feijão verde salteado	Alface, tomate e cenoura
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Pudim ⁷ /Fruta da época	Fruta da época
	22/09/2025	23/09/2025	24/09/2025	25/09/2025	26/09/2025
Sopa	Creme de curgete	Brócolos	Grão e couve coração	Nabiça	Creme de cenoura
Prato	Lasanha 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 ⁶ estufado com tomate e pimentos, coentros e batata (Lula, corvina, palmeta)
Vegetariano	Lasanha de espinafres e feijão manteiga ^{1,3}	Chili de legumes e cogumelos com feijão encarnado e arroz branco	Estufado de seitan ^{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	Alface, tomate, beterraba
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época/ Fruta cozida com canela
	29/09/2025	30/09/2025			
Sopa	Alface	Brócolos			
Prato	Ovos ³ mexidos com cogumelos e salsa, arroz de ervilhas	Filete / lombo salmão ⁴ no forno com cebolinho e batata cozida			
Vegetariano	Strogonoff de tofu ^{1,6} com cogumelos e arroz de ervilhas	Empadão de lentilhas			
Legumes/Salada	Alface, cenoura e milho	Alface, cenoura e couve roxa			
Sobremesa	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 ³ 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- Alpo, 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.**