

Segunda - feira

04-03-2019

ALMOÇO

JANTAR

Sopa:	JULIANA	Sopa:	JULIANA
Prato:	FILETES DE SOLHA PANADOS C/ARROZ DE FEIJÃO	Prato:	ALMONDEGAS DE BOVINO C/MASSA
Dieta:	FILETE DE SOLHA NO FORNO C/ARROZ	Sandes:	SANDES DE QUEIJO
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Terça-feira

05-03-2019

Sopa:	SOPA DO COZIDO	Sopa:	SOPA DE ESPINAFRE
Prato:	LOMBO DE PORCO ASSADO C/AMEIXA	Prato:	MARUCA ASSADA C/SALADA RUSSA
Dieta:	LOMBO DE PORCO ASSADO C/AMEIXA	Sandes:	SANDES DE CHOURIÇÃO
Sobremesa:	GELATINA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Quarta-feira

06-03-2019

Sopa:	SOPA DE TOMATE	Sopa:	SOPA DE TOMATE
Prato:	BACALHAU COZIDO C/BATATA E GRÃO	Prato:	FRANGO ASSADO C/MASSA
Dieta:	BACALHAU COZIDO C/BATATA E LEGUMES	Sandes:	SANDES DE FIAMBRE
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Quinta-feira

07-03-2019

Sopa:	CREME DE LEGUMES	Sopa:	CREME DE LEGUMES
Prato:	COZIDO A PORTUGUESA	Prato:	CALDEIRADA DE BACALHAU
Dieta:	MINI COZIDO	Sandes:	SANDES DE PAIO
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	COZIDA	FRUTA DA ÉPOCA

Sexta-feira

08-03-2019

Sopa:	COUVE PORTUGUESA	Sopa:	COUVE PORTUGUESA
Prato:	RED FIXE NO FORNO C/BATATA ASSADA	PRATO:	TORTILHA Á ESPANHOLA
Dieta:	RED FIXE COZIDO C/BATATA E LEGUMES	SANDES:	SANDES DE MORTANDELA
Sobremesa:	SERRADURA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Sábado

09-03-2019

Sopa:	SOPA JULIANA	Sopa:	SOPA JULIANA
Prato:	CARNE DE JARDINEIRA	Prato:	PEIXE COZIDO C/BATATA E LEGUMES
Dieta:	PEITO DE FRANGO GRELHADO C/MASSA	Sandes:	SANDES DE FIAMBRE
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Domingo

10-03-2019

Sopa:	SOPA DE GRÃO C/ MASSA	Sopa:	SOPA DE AGRIÃO C/MASSA
Prato:	PEIXE FRITO C/AÇORDA	Prato:	CARNE DE VACA ESTUFADA C/ARROZ DE CENOURA
Dieta:	PEIXE COZIDO C/BATATA E LEGUMES	Sandes:	SANDES DE CHOURIÇÃO
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Segunda - feira

11-03-2019

ALMOÇO

JANTAR

Sopa:	CANJA	Sopa:	CANJA
Prato:	FRANGO DE CARIL C/BATATA FRITA E ARROZ	Prato:	IMPERADOR NO FORNO C/BATATA ASSADA
Dieta:	FRANGO ASSADO C/ ARROZ	Sandes:	SANDES DE QUEIJO
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Terça-feira

12-03-2019

Sopa:	CALDO VERDE	Sopa:	CALDO VERDE
Prato:	BACALHAU C/BROA E BATATA A MURRO	Prato:	ESPETADAS DE PERÚ C/MASSA
Dieta:	BACALHAU COZIDO C/BATATATA E LEGUMES	Sandes:	SANDES DE FIAMBRE
Sobremesa:	GELATINA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Quarta-feira

13-03-2019

Sopa:	SOPA DE ESPINAFRES	Sopa:	SOPA DE ESPINAFRES
Prato:	ENSOPADO DE BORREGO	PRATO:	MASSA DE PEIXE
Dieta:	BIFE DE PERÚ GRELHADO C/ESPIRAIS	SANDES:	SANDES DE PAIO
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Quinta-feira

14-03-2019

Sopa:	SOPA JULIANA	Sopa:	SOPA JULIANA
Prato:	CARAPAUZINHOS FRITOS C/ARROZ DE FEIJÃO	Prato:	PERNA DE FRANGO ASSADA C/ESPIRAIS
Dieta:	PEIXE ESPADA GRELHADO C/BATATA COZIDA	Sandes:	SANDES DE QUEIJO
Sobremesa:	DOCE A LATI	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Sexta-feira

15-03-2019

Sopa:	CREME DE COUVE FLOR	Sopa:	CREME DE COUVE FLOR
Prato:	ROLO DE CARNE C/ARROZ DE CENOURA	Prato:	CALDEIRADA DE BACALHAU
Dieta:	LOMBO DE PORCO ASSADO C/ARROZ DE CENOURA	Sandes:	SANDES DE CHOURIÇÃO
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Sábado

16-03-2019

Sopa:	AGRIÃO C/ GRÃO	Sopa:	AGRIÃO C/ GRÃO
Prato:	SALMÃO GRELHADO C/BATATA COZIDA	Prato:	LOMBO DE PORCO ASSADO C/ESPARGUETE
Dieta:	PEIXE COZIDO C/LEGUMES	Sandes:	SANDES FIAMBRE
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Domingo

17-03-2019

Sopa:	CAMPONESA	Sopa:	CAMPONESA
Prato:	TORTILHA Á ESPANHOLA	Prato:	ABRÓTEA ASSADA À PROVENÇAL C/ SALADA RUSSA
Dieta:	BIFE DE FRANGO GRELHADO C/ESPIRAIS	Sandes:	SANDES DE PAIO
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Segunda - feira

18-03-2019

ALMOÇO

JANTAR

Sopa:	SOPA Á LAVRADOR	Sopa:	SOPA Á LAVRADOR
Prato:	BACALHAU A ZÉ DO PIPO	Prato:	TIRINHAS DE PORCO ESTUFADAS C/ E ESPARGUETE
Dieta:	BACALHAU COZIDO C/ BATATA E LEGUMES	Sandes:	SANDES DE QUEIJO
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	PUDIM

Terça-feira

19-03-2019

Sopa:	PRIMAVERA	Sopa:	PRIMAVERA
Prato:	RANCHO A MODA DE VISEU	Prato:	PEIXE ESPADA GRELHADO C/BATATA E LEGUMES
Dieta:	BIFE DEPERUGRELHADO C/MASSA	Sandes:	SANDES DE FIAMBRE
Sobremesa:	PUDIM DE OVOS	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

quarta-feira

20-03-2019

Sopa:	SOPA CAMELA	Sopa:	SOPA CAMELA
Prato:	CHOCO FRITO C/AÇORDA	Prato:	SALSICHAS ENROLADAS EM LOMBARDO C/ARROZ
Dieta:	SALADA DE PEIXE	Sandes:	SANDES DE MORTANDELA
Sobremesa:	ARROZ DOCE	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Quinta-feira

21-03-2019

Sopa:	SOPA CANJA	Sopa:	SOPA CANJA
Prato:	FRANGO NA PÚCARA C/ ARROZ	Prato:	BACALHAU COZIDO C/LEGUMES
Dieta:	FRANGO ASSADO C/ARROZ	Sandes:	SANDES DE PAIO
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

22-03-2019

Sexta-Feira

Sopa:	CREME DE LEGUMES	Sopa:	CREME DE LEGUMES
Prato:	BIFE DE ATUM DE CEBOLADA C/BATATA COZIDA	Prato:	CARNE DE VACA ESTUFADA A PRIMAVERA
Dieta:	PEIXE COZIDO C/BATATA E LEGUMES	Sandes:	SANDES DE CHOURIÇÃO
Sobremesa:	GELATINA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Sábado

23-03-2019

Sopa:	COUVE PORTUGUESA	Sopa:	COUVE PORTUGUESA
Prato:	MACARRONADA	Prato:	PEIXE ASSADO NO FORNO C/ BATATA COZIDA
Dieta:	BIFE DE FRANGO GRELHADO C/ESPIRAIS	Sandes:	SANDES DE QUEIJO
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Domingo

24-03-2019

Sopa:	FEIJÃO VERDE	Sopa:	FEIJÃO VERDE
Prato:	FILETE DE PESCADA C/ARROZ DE TOMATE	Prato:	FRANGO ASSADO C/MASSA
Dieta:	SALMÃO GRELHADO C/BATATA COZIDA	Sandes:	SANDES DE FIAMBRE
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Segunda - feira

25-03-2019

ALMOÇO

JANTAR

Sopa:	FEIJÃO VERDE	Sopa:	FEIJÃO VERDE
Prato:	CARNE DE VACA ESTUFADA C/PURÉ DE BATATA	Prato:	ABROTEA NO FORNO C/BATATA ASSADA
Dieta:	LOMBO DE PORCO ASSADO C/ESPIRAIS	Sandes:	SANDES DE MORTANDELA
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Terça-feira

26-03-2019

Sopa:	SOPA DE ESPINAFRE	Sopa:	
Prato:	ATUM C/FEIJÃO FRADE	Prato:	EMPADÃO DE VITELA
Dieta:	CORVINA COZIDA C/BATATA E LEGUMES	Sandes:	SANDES DE QUEIJO
Sobremesa:	ALETRIA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Quarta-feira

27-03-2019

Sopa:	SOPA JULIANA	Sopa:	SOPA JULIANA
Prato:	ALHEIRA C/BATATA FRITA E OVO ESTRELADO	Prato:	CALDEIRADA DE BACALHAU
Dieta:	BIFE DE PERÚ GRELHADO C/ ARROZ	Sandes:	SANDES DE FIAMBRE
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

28-03-2019

Sopa:	ALHO FRANCÊS	Sopa:	ALHO FRANCÊS
Prato:	CHOCO GUISADO C/ERVILHAS	Prato:	PERÚ ASSADO NO FORNO C/ARROZ
Dieta:	PEIXE ESPADA GRELHADO C/BATATA COZIDA	Sandes:	SANDES DE PAIO
Sobremesa:	PUDIM DE PÃO	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Sexta-feira

29-03-2019

Sopa:	SOPA CANJA	Sopa:	SOPA CANJA
Prato:	FRANGO Á ALENTEJANA C/ARROZ	Prato:	LOMBO DE FOGONERO NO FORNO C/ SALADA RUSSA
Dieta:	FRANGO ASSADO C/ARROZ	Sandes:	SANDES DE MORTANDELA
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Sábado

30-03-2019

Sopa:	FEIJÃO C/LOMBARDO	Sopa:	FEIJÃO C/LOMBARDO
Prato:	PEIXE COZIDO C/BATATA E LEGUMES	Prato:	LOMBO DE PORCO ASSADO /ESPARGUETE
Dieta:	PEIXE COZIDO C/BATATA E LEGUMES	Sandes:	SANDES DE QUEIJO
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Domingo

31-03-2019

Sopa:	CALDO VERDE	Sopa:	CALDO VERDE
Prato:	BORREGO ESTUFADO C/BATATA COZIDA	Prato:	MARUCA COZIDA C/BATATA E COUVE FLOR
Dieta:	BIFE DE FRANGO GRELHADO C/MASSA	Sandes:	SANDES DE FIAMBRE
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Segunda - feira

01-04-2019

ALMOÇO

JANTAR

Sopa:	SOPA CAMPONESA	Sopa:	SOPA CAMPONESA
Prato:	ARROZ DE POLVO	Prato:	FRANGO ASSADO NO FORNO C/ FUSILLIS
Dieta:	PEIXE COZIDO C/BATATA E LEGUMES	Sandes:	SANDES DE PAIO
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Terça-feira

02-04-2019

Sopa:	SOPA JULIANA	Sopa:	SOPA JULIANA
Prato:	SALSICHAS ENROLADAS EM LOMBARDO C/ARROZ	Prato:	AÇORDA Á ALENTEJANA
Dieta:	BIFE DE FRANGO GRELHADO C/ARROZ	Sandes:	SANDES DE QUEIJO
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Quarta-feira

03-04-2019

Sopa:	GRÃO C/ ESPINAFRES	Sopa:	GRÃO C/ ESPINAFRES
Prato:	MASSA DE PEIXE	Prato:	ARROZ A VALÉNCIANA
Dieta:	PEIXE COZIDO C/BATATA E LEGUMES	Sandes:	SANDES DE FIAMBRE
Sobremesa:	PUDIM DE OVOS	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Quinta-feira

04-04-2019

Sopa:	SOPA DE TOMATE	Sopa:	SOPA DE TOMATE
Prato:	ARROZ DE PATO	Prato:	MARUCA COZIDA C/ BATATA E LEGUMES
Dieta:	ARROZ DE PATO	Sandes:	SANDES DE MORTANDELA
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Sexta-feira

05-04-2019

Sopa:	SOPA DE AGRIÃO	Sopa:	SOPA DE AGRIÃO
Prato:	BACALHAU A CONDE DA GUARDA C/BATATA FRITA	Prato:	BIFE DE VACA ESTUFADO C/ ARROZ DE ERVILHAS
Dieta:	BACALHAU COZIDO C/LEGUMES	Sandes:	SANDES DE QUEIJO
Sobremesa:	GELATINA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Sábado

06-04-2019

Sopa:	SOPA DE NABIÇA	Sopa:	SOPA DE NABIÇA
Prato:	ERVILHAS C/OVO ESCALFADO E ENCHIDOS	Prato:	PESCADA ASSADA NO FORNO C/ BATATA ASSADA
Dieta:	BIFE DE FRANGO GRELHADO	Sandes:	SANDES DE PAIO
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Domingo

07-04-2019

Sopa:	Feijão c/ Hortaliça	Sopa:	Feijão c/ Hortaliça
Prato:	FEIJOADA DE CHOCO	Prato:	EMPADÃO DE VITELA
Dieta:	PEIXE COZIDO C/BATATA E LEGUMES	Sandes:	SANDES DE QUEIJO
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Segunda - feira

08-04-2019

ALMOÇO

JANTAR

Sopa:	JULIANA	Sopa:	JULIANA
Prato:	HAMBURGUER DE BOVINO C/OVO ESTRELADO E BATATA FRITA	Prato:	MASSA DE PEIXE
Dieta:	BIFE DE FRANGO GRELHADAS C/ARROZ	Sandes:	SANDES DE FIAMBRE
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Terça-feira

09-04-2019

Sopa:	FEIJÃO VERDE	Sopa:	FEIJÃO VERDE
Prato:	EMPADÃO DE ATUM	Prato:	COSTELETAS Á SALSICHEIRO C/ MASSA
Dieta:	SALADA DE PEIXE	Sandes:	SANDES DE MORTANDELA
Sobremesa:	GELATINA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Quarta-feira

10-04-2019

Sopa:	SOPA CANJA	Sopa:	SOPA CANJA
Prato:	BIFE DE PERU C/MOLHO DE COGUMELOS E ARROZ Á PRIMAVERA	Prato:	CALDEIRADA DE BACALHAU
Dieta:	BIFE DE PERÚ GRELHADO C/ARROZ Á PRIMAVERA	Sandes:	SANDES DE QUEIJO
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Quinta-feira

11-04-2019

Sopa:	SOPA CREME DE ABOBORA	Sopa:	SOPA CREME DE ABOBORA
Prato:	BACALHAU A BRÁS	Prato:	MACARRONADA
Dieta:	BACALHAU COZIDO C/BATATA E LEGUMES	Sandes:	SANDES DE PAIO
Sobremesa:	MOLOTOF	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Sexta-feira

12-04-2019

Sopa:	SOPA COENTROS	Sopa:	SOPA COENTROS
Prato:	FEIJOADA Á TRANSMONTANA	Prato:	PESCADA ASSADA NO FORNO C/ BATATA E LEGUMES
Dieta:	LOMBO DE PORCO ASSADO C/ARROZ	Sandes:	SANDES DE FIAMBRE
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Sábado

13-04-2019

Sopa:	AGRIÃO	Sopa:	AGRIÃO
Prato:	BACALHAU COZIDO C/BATATA COZIDA E LEGUMES	Prato:	TORTILHA Á ESPANHOLA
Dieta:	BACALHAU COZIDO C/BATATA COZIDA E LEGUMES	Sandes:	SANDES DE MORTANDELA
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Domingo

14-04-2019

Sopa:	SOPA DA HORTA	Sopa:	SOPA DA HORTA
Prato:	CROQUETES DE CARNE C/ARROZ ALEGRE	Prato:	PEIXE COZIDO C/BATATA E LEGUMES
Dieta:	PEITO DE FRANGO C/ARROZ ALEGRE	Sandes:	SANDES DE QUEIJO
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA



Ementa - JI - ATL - CTL - Palhacinho

Segunda-Feira

04-03-2019

Sopa:	LOMBARDO
Prato:	DOURADINHOS FRITOS C/ ARROZ DE TOMATE E SALADA
Dieta:	FILETE DE SOLHA NO FORNO C/ARROZ
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Terça-Feira

Sopa:	SOPA DO COZIDO
Prato:	LOMBO DE PORCO ASSADO C/AMEIXA
Dieta:	LOMBO DE PORCO ASSADO C/AMEIXA
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Quarta-Feira

Sopa:	CENOURA
Prato:	BACALHAU COZIDO C/BATATA E GRÃO
Dieta:	BACALHAU COZIDO C/BATATA E LEGUMES
Sobremesa:	MOUSSE DE CHOCOLATE

Quinta-Feira

Sopa:	COUVE PORTUGUESA
Prato:	COZIDO Á PORTUGUESA
Dieta:	COZIDO SIMPLES
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Sexta-Feira

01-01-1900

Sopa:	SOPA DE FEIJÃO VERDE
Prato:	ENSOPADO DE CAÇÃO C/ BATATA COZIDA E SALADA
Dieta:	CAÇÃO NO FORNO C/ BATATA COZIDA E SALADA
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA



Ementa - JI - ATL - CTL - Palhacinho

Segunda-Feira 11-03-2019

Sopa:	CANJA
Prato:	FRANGO DE CARIL C/BATATA FRITA E ARROZ
Dieta:	FRANGO ASSADO C/ ARROZ
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Terça-Feira 12-03-2019

Sopa:	CALDO VERDE
Prato:	SOLHA GRATINADA C/ PURÉ E SALADA
Dieta:	SOLHA NO FORNO C/ PURÉ E SALADA
Sobremesa:	PUDIM DE CAMELO

Quarta-Feira 13-03-2019

Sopa:	SOPA DE COENTROS
Prato:	ESPETADAS DE PERÚ NO FORNO C/ ESPARGUETE E SALADA
Dieta:	BIFE DE PERÚ GRELHADO C/ESPIRAIS
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Quinta-Feira 14-03-2019

Sopa:	SOPA DE ESPINAFRES
Prato:	CARAPAUZINHOS FRITOS C/ARROZ DE FEIJÃO
Dieta:	PEIXE COZIDO C/ BATATA E LEGUMES
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Sexta-Feira 15-03-2019

Sopa:	CREME DE COUVE FLOR
Prato:	ROLO DE CARNE C/ BATATA FRITA E SALADA
Dieta:	LOMBO DE PORCO ASSADO C/ARROZ DE CENOURA
Sobremesa:	BANANA



Ementa - JI - ATL - CTL - Palhacinho

Segunda-Feira 18-03-2019

Sopa:	CREME DE CENOURA
Prato:	BACALHAU A ZÉ DO PIPO
Dieta:	BACALHAU COZIDO C/ BATATA E LEGUMES
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Terça-Feira 19-03-2019

Sopa:	PRIMAVERA
Prato:	RANCHO A MODA DE VISEU
Dieta:	BIFE DEPERUGRELHADO C/MASSA
Sobremesa:	PUDIM DE OVOS

Quarta-Feira 20-03-2019

Sopa:	SOPA CAMELA
Prato:	BACALHAU COZIDO C/GRÃO
Dieta:	PEIXE COZIDO C/ BATATA COZIDA E LEGUMES
Sobremesa:	BOLO DE MAÇÃ

Quinta-Feira 21-03-2019

Sopa:	CANJA
Prato:	ARROZ Á VALÉNCIANA C/ SALADA
Dieta:	ARRROZ DE CARNE C/ SALADA
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Sexta-Feira 22-03-2019

Sopa:	CREME DE ABÓBORA
Prato:	CHOCO FRITO C/ BATATA FRITA E SALADA
Dieta:	SALADA DE PEIXE
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA



Ementa - JI - ATL - CTL - Palhacinho

Segunda-Feira		25-03-2019
Sopa:	FEIJÃO VERDE	
Prato:		
Dieta:	CARNE DE VACA ESTUFADA (FATIA) C/ MASSA E SALADA	
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	

Terça-Feira		26-03-2019
Sopa:	SOPA JULIANA	
Prato:	PERCA COZIDA C/ BATATA E LEGUMES	
Dieta:	PERCA COZIDA C/ BATATA E LEGUMES	
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	

Quarta-Feira		27-03-2019
Sopa:	SOPA DE AGRIÃO	
Prato:	ESPARGUETE À BOLONHESA	
Dieta:	BIFE DE PERÙ GRELHADO C/ ARROZ BRANCO E SALADA	
Sobremesa:		

Quinta-Feira		28-03-2019
Sopa:	ALHO FRANÇÊS	
Prato:	BACALHAU Á LAGAREIRO C/ BATATAS A MURRO E SALADA	
Dieta:	SALMÃO GRELHADO C/ BATATA COZIDA E SALADA	
Sobremesa:	PUDIM DE PÃO	

Sexta-Feira		
Sopa:	CANJA	
Prato:	OVOS MEXIDOS C/ SALSICHAS, BATATA FRITA ARROZ E SALADA	
Dieta:	FRANGO ASSADO C/ ARROZ BRANCO E SALADA	
Sobremesa:		



Ementa - JI - ATL - CTL - Palhacinho

Segunda-Feira		01-04-2019
Sopa:	SOPA CAMPONESA	
Prato:	FEIJADA DE CHOCOS	
Dieta:	ARROZ DE PEIXE	
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	

Terça-Feira		02-04-2019
Sopa:	CREME DE COENTROS	
Prato:	BIFE DE PERÙ C/ COGUMELOS E BATATA FRITA E SALADA	
Dieta:	BIFE DE FRANGO GRELHADO C/ARROZ	
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	

Quarta-Feira		03-04-2019
Sopa:	SOPA DE ESPINAFRES	
Prato:	ABRÓTEA Á ZÊ DO PIPO C/ SALADA	
Dieta:	ABRÓTEA COZIDA C/ BATATA E LEGUMES	
Sobremesa:	SERRRADURA	

Quinta-Feira		04-04-2019
Sopa:	SOPA DE TOMATE	
Prato:	ARROZ DE PATO	
Dieta:	ARROZ DE PATO	
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	

Sexta-Feira		05-04-2019
Sopa:	SOPA DE AGRIÃO	
Prato:	BACALHAU À BRÁS C/ SALADA	
Dieta:	PEIXE ASSADO NO FORNO C/ BATATA COZIDA E SALADA	
Sobremesa:	GELATINA	



Ementa - JI - ATL - CTL - Palhacinho

Segunda-Feira

08-04-2019

Sopa:	JULIANA
Prato:	HAMBURGUER DE BOVINO C/OVO ESTRELADO E BATATA FRITA
Dieta:	BIFE DE FRANGO GRELHADAS C/ARROZ
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Terça-Feira

Sopa:	
Prato:	
Dieta:	
Sobremesa:	

Quarta-Feira

01-01-1900

Sopa:	SOPA CANJA
Prato:	BIFE DE PERU C/MOLHO DE COGUMELOS E ARROZ Á PRIMAVERA
Dieta:	BIFE DE PERÚ GRELHADO C/ARROZ Á PRIMAVERA
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Quinta-Feira

02-01-1900

Sopa:	SOPA CREME DE ABOBORA
Prato:	PEIXE ESPADA FRITO C / ARROZ DE TOMATE E SALADA
Dieta:	PEIXE ESPADA GRELHADO C/ BATATA COZIDA E LEGUMES
Sobremesa:	BOLO DE CHOCOLATE

Sexta-Feira

03-01-1900

Sopa:	COUVE PORTUGUESA
Prato:	RANCHO Á MODA DE VISEU
Dieta:	RANCHO SIMPLES
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA



Ementa 1-3 Anos

Segunda-Feira

04-03-2019

Sopa:	LOMBARDO
Prato:	DOURADINHOS FRITOS C/ ARROZ DE TOMATE E SALADA
Dieta:	FILETE DE SOLHA NO FORNO C/ARROZ
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Terça-Feira

05-03-2019

Sopa:	ALHO FRANÇÊS C/ ABÓBORA
Prato:	Perú á Imperial c/ esparguete c/ salada
Dieta:	LOMBO DE PORCO ASSADO C/AMEIXA
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Quarta-Feira

Sopa:	CENOURA
Prato:	
Dieta:	BACALHAU COZIDO C/BATATA E LEGUMES
Sobremesa:	GELATINA

Quinta-Feira

01-01-1900

Sopa:	COUVE PORTUGUESA
Prato:	
Dieta:	COZIDO SIMPLES
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Sexta-Feira

02-01-1900

Sopa:	SOPA DE FEIJÃO VERDE
Prato:	ENSOPADO DE CAÇÃO C/ BATATA COZIDA E SALADA
Dieta:	CAÇÃO NO FORNO C/ BATATA COZIDA E SALADA
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Ementa 1-3 Anos



Segunda-Feira		11-03-2019
Sopa:	Canja	
Prato:	FRANGO DE CARIL C/BATATA FRITA E ARROZ	
Dieta:	FRANGO ASSADO C/ ARROZ	
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	

Terça-Feira		12-03-2019
Sopa:	CALDO VERDE	
Prato:	SOLHA GRATINADA C/ PURÉ E SALADA	
Dieta:	SOLHA NO FORNO C/ PURÉ E SALADA	
Sobremesa:	PUDIM DE CAMELO	

Quarta-Feira		13-03-2019
Sopa:	SOPA DE COENTROS	
Prato:	ESPETADAS DE PERÚ NO FORNO C/ ESPARGUETE E SALADA	
Dieta:	BIFE DE PERÚ GRELHADO C/ESPIRAIS	
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	

Quinta-Feira		14-03-2019
Sopa:	SOPA DE ESPINAFRES	
Prato:		
Dieta:	PEIXE COZIDO C/ BATATA E LEGUMES	
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	

Sexta-Feira		15-03-2019
Sopa:	CREME DE COUVE FLOR	
Prato:	ROLO DE CARNE C/ BATATA FRITA E SALADA	
Dieta:	Lombo de Porco Assado C/ARROZ DE CENOURA	
Sobremesa:	FRUTA COZIDA	

Ementa 1-3 Anos



Segunda-Feira		18-03-2019
Sopa:	CREME DE CENOURA	
Prato:		
Dieta:	BACALHAU COZIDO C/ BATATA E LEGUMES	
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	

Terça-Feira		19-03-2019
Sopa:	PRIMAVERA	
Prato:	RANCHO A MODA DE VISEU	
Dieta:	BIFE DEPERUGRELHADO C/MASSA	
Sobremesa:	PUDIM DE OVOS	

Quarta-Feira		E SALADA
Sopa:	SOPA CAMELA	
Prato:		
Dieta:	PEIXE COZIDO C/ BATATA COZIDA E LEGUMES	
Sobremesa:	BOLO DE MAÇÃ	

Quinta-Feira		#VALOR!
Sopa:	CANJA	
Prato:	ARROZ Á VALÊNCIANA C/ SALADA	
Dieta:	ARRROZ DE CARNE C/ SALADA	
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	

Sexta-Feira		#VALOR!
Sopa:	CREME DE ABÓBORA	
Prato:		
Dieta:	SALADA DE PEIXE	
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	

Ementa 1-3 Anos



Segunda-Feira		25-03-2019
Sopa:	FEIJÃO VERDE	
Prato:		
Dieta:	CARNE DE VACA ESTUFADA (FATIA) C/ MASSA E SALADA	
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	

Terça-Feira		26-03-2019
Sopa:	SOPA JULIANA	
Prato:		
Dieta:	PERCA COZIDA C/ BATATA E LEGUMES	
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	

Quarta-Feira		27-03-2019
Sopa:	SOPA DE AGRIÃO	
Prato:	ESPARGUETE À BOLONHESA	
Dieta:	BIFE DE PERÙ GRELHADO C/ ARROZ BRANCO E SALADA	
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	

Quinta-Feira		28-03-2019
Sopa:	ALHO FRANÇÊS	
Prato:		
Dieta:	PEIXE ESPADA GRELHADO C/ BATATA COZIDA E SALADA	
Sobremesa:	GELATINA C/ CORES	

Sexta-Feira		29-03-2019
Sopa:	CANJA	
Prato:		
Dieta:	FRANGO ASSADO C/ ARROZ BRANCO E SALADA	
Sobremesa:	0	

Ementa 1-3 Anos



Segunda-Feira		01-04-2019
Sopa:	SOPA CAMPONESA	
Prato:		
Dieta:	ARROZ DE PEIXE	
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	

Terça-Feira		02-04-2019
Sopa:	CREME DE COENTROS	
Prato:	BIFE DE PERÙ C/ COGUMELOS E BATATA FRITA E SALADA	
Dieta:	BIFE DE FRANGO GRELHADO C/ARROZ	
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	

Quarta-Feira		03-04-2019
Sopa:	SOPA DE ESPINAFRES	
Prato:		
Dieta:	ABRÓTEA COZIDA C/ BATATA E LEGUMES	
Sobremesa:	ARROZ DOCE	

Quinta-Feira		04-04-2019
Sopa:	SOPA DE TOMATE	
Prato:		
Dieta:	ARROZ DE PATO	
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA	

Sexta-Feira		05-04-2019
Sopa:	SOPA DE AGRIÃO	
Prato:		
Dieta:	PEIXE ASSADO NO FORNO C/ BATATA COZIDA E SALADA	
Sobremesa:	GELATINA	

Ementa 1-3 Anos



Segunda-Feira 08-04-2019

Sopa:	JULIANA
Prato:	HAMBURGUER DE BOVINO C/OVO ESTRELADO E BATATA FRITA
Dieta:	BIFE DE FRANGO GRELHADAS C/ARROZ
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Terça-Feira 09-04-2019

Sopa:	CARNAVAL
Prato:	
Dieta:	
Sobremesa:	

Quarta-Feira 10-04-2019

Sopa:	SOPA CANJA
Prato:	BIFE DE PERU C/MOLHO DE COGUMELOS E ARROZ Á PRIMAVERA
Dieta:	BIFE DE PERÚ GRELHADO C/ARROZ Á PRIMAVERA
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA

Quinta-Feira 11-04-2019

Sopa:	SOPA CREME DE ABOBORA
Prato:	
Dieta:	PEIXE ESPADA GRELHADO C/ BATATA COZIDA E LEGUMES
Sobremesa:	BOLO DE CHOCOLATE

Sexta-Feira 12-04-2019

Sopa:	COUVE PORTUGUESA
Prato:	RANCHO Á MODA DE VISEU
Dieta:	RANCHO SIMPLES
Sobremesa:	FRUTA DA ÉPOCA



Ementa BÉBÉS

Segunda-Feira

04-03-2019

REFEIÇÃO:	LOMBARDO C/ PESCADA
Sobremesa:	FRUTA COZIDA

Terça-Feira

REFEIÇÃO:	SOPA DE ALHO FRANÇÊS C/ Perú
Sobremesa:	FRUTA COZIDA

Quarta-Feira

01-01-1900

REFEIÇÃO:	SOPA DE CENOURA C/MARUCA
Sobremesa:	BANANA

Quinta-Feira

02-01-1900

REFEIÇÃO:	SOPA DE COUVE PORTUGUESA C/FRANGO
Sobremesa:	

Sexta-Feira

03-01-1900

REFEIÇÃO:	SOPA DE FEIJÃO VERDE C/ CAÇÃO
Sobremesa:	FRUTA COZIDA

Ementa BÉBÉS



Segunda-Feira		11-03-2019
REFEIÇÃO:	SOPA DE ALFACE C/ Frango	
Sobremesa:	FRUTA COZIDA	

Terça-Feira		12-03-2019
REFEIÇÃO:	SOPA JULIANA C/ ABRÓTEA	
Sobremesa:	FRUTA COZIDA	

Quarta-Feira		13-03-2019
REFEIÇÃO:	SOPA DE CENOURA C/ PERÚ	
Sobremesa:	FRUTA COZIDA	

Quinta-Feira		14-03-2019
REFEIÇÃO:	SOPA DE ESPINAFRES C/ ABRÓTEA	
Sobremesa:	BANANA	

Sexta-Feira		15-03-2019
REFEIÇÃO:	CREME DE COUVE FLOR C/ MACEDÓNIA E VACA	
Sobremesa:	FRUTA COZIDA	



Ementa BÉBÉS

Segunda-Feira 18-03-2019

REFEIÇÃO:	CREME DE CENOURA C/ FOGONERO
Sobremesa:	FRUTA COZIDA

Terça-Feira 19-03-2019

REFEIÇÃO:	SOPA PRIMAVERA C/ VITELA
Sobremesa:	FRUTA COZIDA

Quarta-Feira 20-03-2019

REFEIÇÃO:	SOPA BONITA C/ PESCADA
Sobremesa:	BANANA

Quinta-Feira 21-03-2019

REFEIÇÃO:	CREME DE COUVE PORTUGUESA COM FRANGO
Sobremesa:	FRUTA COZIDA

Sexta-Feira 22-03-2019

REFEIÇÃO:	CREME DE LEGUMES C/ ABRÓTEA
Sobremesa:	FRUTA COZIDA

Ementa BÉBÉS



Segunda-Feira		25-03-2019
REFEIÇÃO:	SOPA DE FEIJÃO VERDE C/ VITELA	
Sobremesa:	FRUTA ASSADA	

Terça-Feira		26-03-2019
REFEIÇÃO:	SOPA DE JULIANA C/ PERCA	
Sobremesa:	FRUTA ASSADA	

Quarta-Feira		27-03-2019
REFEIÇÃO:	SOPA DE AGRIÃO C/ PERÙ	
Sobremesa:	FRUTA COZIDA	

Quinta-Feira		28-03-2019
REFEIÇÃO:	SOPA DE LOMBARDO C/ PEIXE-ESPADA	
Sobremesa:	BANANA	

Sexta-Feira		29-03-2019
REFEIÇÃO:	CREME DE CENOURA C/FRANGO	
Sobremesa:		

Ementa BÉBÉS



Segunda-Feira 01-04-2019

REFEIÇÃO:	SOPA CAMPONESA C/ MARUCA
Sobremesa:	

Terça-Feira 02-04-2019

REFEIÇÃO:	CREME DE CENOURA C/ PERÚ
Sobremesa:	FRUTA ASSADA

Quarta-Feira 03-04-2019

REFEIÇÃO:	CREME DE ESPINAFRES C/ ABRÓTEA
Sobremesa:	BANANA

Quinta-Feira 04-04-2019

REFEIÇÃO:	CREME DE ALHO FRANCÊS C/PATO
Sobremesa:	FRUTA COZIDA

Sexta-Feira 05-04-2019

REFEIÇÃO:	CREME DE NABIÇAS C/ PESCADA
Sobremesa:	FRUTA ASSADA

Ementa BÉBÉS



Segunda-Feira		08-04-2019
REFEIÇÃO:	SOPA JULIANA C/ CARNE DE VACA	
Sobremesa:	FRUTA COZIDA	

Terça-Feira		09-04-2019
REFEIÇÃO	CARNAVAL	
Sobremesa:		

Quarta-Feira		10-04-2019
REFEIÇÃO:	CREME DE CENOURA C/ FRANGO	
Sobremesa:	FRUTA COZIDA	

Quinta-Feira		11-04-2019
REFEIÇÃO:	CREME DE ABÓBORA C/ ERVILHAS E PESCADA	
Sobremesa:	BANANA	

Sexta-Feira		12-04-2019
REFEIÇÃO:	COUVE PORTUGUESA C/ BORREGO	
Sobremesa:	FRUTA COZIDA	