Ementa N.º 2

Ano: 2026
Período: 16 a 20 de novembro
Unidade Alimentar: Refeitório de Alem Rio
Serviço: Jantar

:

segunda-feira	Sopa	Creme de Legumes
16 de novembro	Peixe	Peixe vermelho em cama de legumes (curgete e cenoura) com arroz seco
	Carne	Costeletas de porco em cebolada e pimentos com batata a murro e feijão verde com alho
	Vegetariana	Cebolada de seitan e tomate, batata a murro e feijão verde com alho
	Hortícolas	Alface, tomate, cenoura e pepino
	Sobremesa	Fruta da época ou Pudim de flã
terça-feira	Sopa	Juliana
17 de novembro	Peixe	Solha assada com batata assada
	Carne	Esparguete à bolonhesa
	Vegetariana	Bolonhesa de soja com esparguete
	Hortícolas	Alface, tomate e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época ou Arroz doce
quarta-feira	Sopa	Creme de abóbora
18 de novembro	Peixe	Chocos estufados com ervilhas e puré de batata
	Carne	Peru com molho de cogumelos e arroz de cenoura
	Vegetariana	Tofu com legumes e batatas no forno
	Hortícolas	Alface, couve roxa, maça e cenoura raspada
	Sobremesa	Fruta da época ou Mousse de chocolate
quinta-feira	Sopa	À lavrador
19 de novembro	Peixe	Filetes de pescada com crosta de broa e ervas aromáticas com arroz de tomate
	Carne	Frango assado com batata “frita” às rodelas
	Vegetariana	Almôndegas vegetarianas com arroz de tomate
	Hortícolas	Alface, tomate e pepino
	Sobremesa	Fruta da época ou Maça assada
sexta-feira	Sopa	Couve - flor
20 de novembro	Peixe	Bolonhesa de atum com esparguete
	Carne	Coelho à caçador com arroz de cenoura
	Vegetariana	Caril de grão e legumes com arroz de cenoura
	Hortícolas	Alface, tomate, cenoura e pepino
	Sobremesa	Fruta da época ou Pudim de flã

Notas:
- Esta ementa está sujeita a alterações por motivos imprevistos.