

## Ementa N.º 3

Ano: 2026

Período: 30 de março a 3 de abril

Unidade Alimentar: Polo I ECAV

Serviço: Almoço

<b>segunda-feira</b>	Sopa	Creme de brócolos
<b>30 de março</b>	Prato	Pescada panada com arroz de tomate
	Hortícolas	Alface, tomate, cebola e pimento
	Sobremesa	Fruta fresca ou Mousse de ananás
<b>terça-feira</b>	Sopa	Couve lombarda com feijão branco
<b>31 de março</b>	Prato	Perna de frango agridoce com arroz branco
	Hortícolas	Alface, tomate, cebola e pepino
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Pudim de chocolate
<b>quarta-feira</b>	Sopa	Creme de legumes
<b>1 de abril</b>	Prato	Bacalhau com natas
	Hortícolas	Alface, tomate, cebola e pimento
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Mousse de morango
<b>quinta-feira</b>	Sopa	Canja de frango [1]
<b>2 de abril</b>	Prato	Arroz de pato com queijo no forno
	Hortícolas	Alface, couve roxa, maça e cenoura
	Sobremesa	Fruta fresca ou Pudim flã
<b>sexta-feira</b>	Sopa	
<b>3 de abril</b>	Prato	<b>FERIADO</b>
	Hortícolas	
	Sobremesa	

**Notas:**

- Esta ementa está sujeita a alterações por motivos imprevistos.