Ementa N.º 3

Ano: 2026
Período: 23 a 27 de novembro
Unidade Alimentar: Polo I ECT
Serviço: Almoço
:

segunda-feira	Sopa	Creme de brócolos
23 de novembro	Prato	Hambúrguer de bovino com esparguete
	Hortícolas	Alface, tomate e pepino
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Pudim de morango
terça-feira	Sopa	Couve lombarda com feijão branco
24 de novembro	Prato	Filete de pescada com crosta de broa e ervas aromáticas com arroz primaveril
	Hortícolas	Alface, tomate, cebola e pepino
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Leite creme
quarta-feira	Sopa	Creme de legumes
25 de novembro	Prato	Perna de frango assada com arroz de cenoura
	Hortícolas	Alface, tomate e pepino
	Sobremesa	Fruta fresca ou Pudim de chocolate
quinta-feira	Sopa	Canja
26 de novembro	Prato	Bolonhesa de atum com esparguete
	Hortícolas	Alface, pepino e tomate
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Gelatina
sexta-feira	Sopa	Glória
27 de novembro	Prato	Bife de peru grelhado com arroz branco e feijão preto
	Hortícolas	Alface, couve roxa e milho
	Sobremesa	Fruta fresca ou Pudim de baunilha

Notas:

- Esta ementa está sujeita a alterações por motivos imprevistos.