Ementa N.º 4

Ano: 2026
Período: 26 a 30 de outubro
Unidade Alimentar: Polo I ECT
Serviço: Almoço
:

segunda-feira	Sopa	Cenoura e feijão vede
26 de outubro	Prato	Pescada panada com arroz de tomate
	Hortícolas	Alface, pepino e couve roxa
	Sobremesa	Fruta fresca ou Mousse de ananás
terça-feira	Sopa	Grão e cebola
27 de outubro	Prato	Lombo de porco assado com arroz primaveril
	Hortícolas	Alface, tomate, cebola e pepino
	Sobremesa	Fruta fresca ou Pudim de chocolate
quarta-feira	Sopa	Creme de legumes
28 de outubro	Prato	Bacalhau com natas
	Hortícolas	Alface, tomate, cebola e pimento
	Sobremesa	Fruta fresca da época ou Mousse de morango
quinta-feira	Sopa	Nabos
29 de outubro	Prato	Perna de frango agridoce coma arroz branco
	Hortícolas	Alface, couve roxa e milho
	Sobremesa	Fruta fresca ou Pudim flã
sexta-feira	Sopa	Creme de ervilhas
30 de outubro	Prato	Solha no forno com molho de limão e batata a murro
	Hortícolas	Alface, tomate e pepino
	Sobremesa	Fruta fresca ou Mousse de chocolate

Notas:

- Esta ementa está sujeita a alterações por motivos imprevistos.