# Ementa N.º 4

Ano: 2026
Período: 30 novembro a 04 de dezembro
Unidade Alimentar: Polo I ECT
Serviço: Almoço
:

| | | |
|---|---|---|
| **segunda-feira** | Sopa | Cenoura e feijão vede |
| **30 de novembro** | Prato | Pescada panada com arroz de tomate |
| | Hortícolas | Alface, pepino e couve roxa |
| | Sobremesa | Fruta fresca ou Mousse de ananás |

| | | |
|---|---|---|
| **terça-feira** | Sopa | |
| **01 de dezembro** | Prato | FERIADO |
| | Hortícolas | |
| | Sobremesa | |

| | | |
|---|---|---|
| **quarta-feira** | Sopa | Creme de legumes |
| **02 de dezembro** | Prato | Bacalhau com natas |
| | Hortícolas | Alface, tomate, cebola e pimento |
| | Sobremesa | Fruta fresca da época ou  Mousse de morango |

| | | |
|---|---|---|
| **quinta-feira** | Sopa | Nabos |
| **03 de dezembro** | 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 |
| **04 de dezembro** | 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.