Ementa N.º 4

Ano: 2026
Período: 30 de novembro a 04 de dezembro
Unidade Alimentar: Refeitório de Prados
Serviço: Almoço

:

segunda-feira	Sopa	Cenoura e feijão verde
30 de novembro	Peixe	Carapau assado com batata a murro
	Carne	Carne de porco aos cubos com batata
	Vegetariana	Seitan à portuguesa
	Hortícolas	Alface, tomate e cenoura raspada
	Sobremesa	Fruta da época ou Pudim de morango
terça-feira	Sopa	
01 de dezembro	Peixe	
	Carne	FERIADO
	Vegetariana	
	Hortícolas	
	Sobremesa	
quarta-feira	Sopa	Creme de legumes
02 de dezembro	Peixe	Feijoada de chocos com arroz seco
	Carne	Coelho estufado com arroz seco
	Vegetariana	Bolonhesa de soja
	Hortícolas	Alface, couve roxa, maça e cenoura raspada
	Sobremesa	Fruta da época ou Pudim de chocolate
quinta-feira	Sopa	Nabos
03 de dezembro	Peixe	Peixe à portuguesa com batata assada
	Carne	Frango assado com arroz de ervilhas
	Vegetariana	Massa à lavrador vegetariana
	Hortícolas	Alface, pepino e tomate
	Sobremesa	Fruta da época ou Gelatina
sexta-feira	Sopa	Creme de ervilhas
04 de dezembro	Peixe	Bacalhau espiritual
	Carne	Lombo de porco asado com arroz seco
	Vegetariana	Tofu com batatas, espinafres e broa
	Hortícolas	Alface, tomate, cebola e pimento
	Sobremesa	Fruta da época ou Leite creme

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