

ementa 3rd quarter

Segunda		Terça		Quarta		Quinta		Sexta			
27/jan	Sopa	Sopa de Espinafres	28/jan	Sopa	Sopa de Grão	29/jan	Sopa	Sopa de Brócolos	31/jan	Sopa	Sopa de Couve Flor e Coentros
	Principal	Penne Frango Manj.		Principal	Douradinhos		Principal	Massinha de Peixe		Principal	Lasanha de Frango
	Secundário	Pescada c/ Molho Italiano		Secundário	Bife de Vaca		Secundário	Pizza Camponesa		Secundário	Fuzilli Bolonhesa Pescada
	Vegetariano	Moussaka Vegetariana		Vegetariano	Tofu c/ Broa e Coentros		Vegetariano	Caril de Grão com Abóbora		Vegetariano	Mexican Bowl com Seitan
	Guarnição	Batatas Cozida		Guarnição	Arroz de Tomate e Coentros		Guarnição	Arroz Branco		Guarnição	Incluído
	Legumes	Cenoura e Ervilhas		Legumes	Puré de Espinafres		Legumes	Legumes Chineses Cozidos		Legumes	Puré de Cenoura
Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça		
Segunda		Terça		Quarta		Quinta		Sexta			
03/fev	Sopa	Sopa de Feijão Verde	04/fev	Sopa	Sopa Legumes	05/fev	Sopa	Sopa de Feijão Branco	07/fev	Sopa	Sopa de Abóbora
	Principal	Bolonhesa de Novilho		Principal	Hamburguer de Salmão		Principal	Pizza de Atum e Ovo		Principal	Picanha no Forno
	Secundário	Tiras do Mar c/ Molho Cor de Rosa		Secundário	Carbonara		Secundário	Bife de Peru c/ Mostarda		Secundário	Pescada com Salsa Verde
	Vegetariano	Lasanha de Espinafres e Requeijão		Vegetariano	Almôndegas Vegetarianas		Vegetariano	Cassoulet Vegetariano		Vegetariano	Enchilhada Vegetariana
	Guarnição	Arroz Escuro		Guarnição	Massa Integral		Guarnição	Arroz Branco		Guarnição	Batatas Noisette
	Legumes	Ervilhas Estufadas		Legumes	Brócolos		Legumes	Beterraba Cozida		Legumes	Abóbora Assada
Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Mousse Banana Morango	Sobremesa		Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça		
Segunda		Terça		Quarta		Quinta		Sexta			
10/fev	Sopa	Sopa de Cenoura c/ Coentros	11/fev	Sopa	Canja de Galinha	12/fev	Sopa	Sopa de Agrião	14/fev	Sopa	Sopa de Curgete
	Principal	Hamburguer de Vitela		Principal	Douradinhos		Principal	Arroz de Atum		Principal	Frango Guisado
	Secundário	Penne c/ Strogonoff de Salmão		Secundário	Bifes de Peru com Natas		Secundário	Borrego Estufado		Secundário	Lasanha de Peixe
	Vegetariano	Fuzilli à Checa		Vegetariano	Hamburguer Vegetariano		Vegetariano	Pizza Margarita		Vegetariano	Pad Thai
	Guarnição	Massa Integral		Guarnição	Arroz de Cenoura		Guarnição	Batatas Assada		Guarnição	Arroz Branco
	Legumes	Mistura Mediterrânea		Legumes	Legumes Romanos		Legumes	Feijão Verde Cozido		Legumes	Cenoura Assada
Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Mousse de Manga		
Segunda		Terça		Quarta		Quinta		Sexta			
17/fev	Sopa	Sopa de Espinafres	18/fev	Sopa	Sopa de Grão	19/fev	Sopa	Sopa de Brócolos	21/fev	Sopa	Sopa de Couve Flor e Coentros
	Principal	Penne Frango Manj.		Principal	Douradinhos		Principal	Massinha de Peixe		Principal	Lasanha de Frango
	Secundário	Pescada c/ Molho Italiano		Secundário	Bife de Vaca		Secundário	Pizza Camponesa		Secundário	Fuzilli Bolonhesa Pescada
	Vegetariano	Moussaka Vegetariana		Vegetariano	Tofu c/ Broa e Coentros		Vegetariano	Caril de Grão com Abóbora		Vegetariano	Mexican Bowl com Seitan
	Guarnição	Batatas Cozida		Guarnição	Arroz de Tomate e Coentros		Guarnição	Arroz Branco		Guarnição	Incluído
	Legumes	Cenoura e Ervilhas		Legumes	Puré de Espinafres		Legumes	Legumes Chineses Cozidos		Legumes	Puré de Cenoura
Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça		

24/fev	Segunda		25/fev	Terça		26/fev	Quarta		27/fev	Quinta		28/fev	Sexta	
	Sopa	CARNIVAL HOLIDAYS		Sopa	CARNIVAL HOLIDAYS		Sopa	Sopa de Cenoura c/ Coentros		Sopa	Sopa de Feijão Branco		Sopa	Sopa de Abóbora
	Principal			Principal			Rolo de Peru	Principal		Pizza de Atum e Ovo	Principal		Picanha no Forno	
	Secundário			Secundário			Medalhões de Pescada	Secundário		Bife de Peru c/ Mostarda	Secundário		Pescada com Salsa Verde	
	Vegetariano			Vegetariano			Aveia c/ Legumes Assados e Ovo	Vegetariano		Cassoulet Vegetariano	Vegetariano		Enchilhada Vegetariana	
	Guarnição			Guarnição			Batatas Assadas	Guarnição		Arroz Branco	Guarnição		Batatas Noisette	
	Legumes			Legumes			Curgete Assada	Legumes		Beterraba Cozida	Legumes		Abóbora Assada	
Sobremesa	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça						
02/mar	Segunda		03/mar	Terça		04/mar	Quarta		05/mar	Quinta		06/mar	Sexta	
	Sopa	Sopa de Cenoura c/ Coentros		Sopa	Canja de Galinha		Sopa	Sopa de Feijão Vermelho		Sopa	Sopa de Agrião		Sopa	Sopa de Curgete
	Principal	Hamburguer de Vitela		Principal	Douradinhos		Principal	Arroz de Pato		Principal	Arroz de Atum		Principal	Frango Guisado
	Secundário	Penne c/ Strogonoff de Salmão		Secundário	Bifes de Peru com Natas		Secundário	Pataniscas de Bacalhau		Secundário	Borrego Estufado		Secundário	Lasanha de Peixe
	Vegetariano	Fuzilli à Checa		Vegetariano	Hamburguer Vegetariano		Vegetariano	Salada de Quinoa c/ Abóbora Assada		Vegetariano	Pizza Margarita		Vegetariano	Pad Thai
	Guarnição	Massa Integral		Guarnição	Arroz de Cenoura		Guarnição	Arroz de Ervilhas		Guarnição	Batatas Assada		Guarnição	Arroz Branco
	Legumes	Mistura Mediterrânea		Legumes	Legumes Romanos		Legumes	Couve Flor Cozida		Legumes	Feijão Verde Cozido		Legumes	Cenoura Assada
Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Mousse de Manga					
09/mar	Segunda		10/mar	Terça		11/mar	Quarta		12/mar	Quinta		13/mar	Sexta	
	Sopa	Sopa de Espinafres		Sopa	Sopa de Grão		Sopa	PARENT / TEACHER CONFERENCES		Sopa	Sopa de Brócolos		Sopa	Sopa de Couve Flor e Coentros
	Principal	Penne Frango Manj.		Principal	Douradinhos		Principal			Principal	Massinha de Peixe		Principal	Lasanha de Frango
	Secundário	Pescada c/ Molho Italiano		Secundário	Bife de Vaca		Secundário			Secundário	Pizza Camponesa		Secundário	Fuzilli Bolonhesa Pescada
	Vegetariano	Moussaka Vegetariana		Vegetariano	Tofu c/ Broa e Coentros		Vegetariano			Vegetariano	Caril de Grão com Abóbora		Vegetariano	Mexican Bowl com Seitan
	Guarnição	Batatas Cozida		Guarnição	Arroz de Tomate e Coentros		Guarnição			Guarnição	Arroz Branco		Guarnição	Incluído
	Legumes	Cenoura e Ervilhas		Legumes	Puré de Espinafres		Legumes			Legumes	Legumes Chineses Cozidos		Legumes	Puré de Cenoura
Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça						
16/mar	Segunda		17/mar	Terça		18/mar	Quarta		19/mar	Quinta		20/mar	Sexta	
	Sopa	Sopa de Feijão Verde		Sopa	Sopa Legumes		Sopa	HALF DAY		Sopa	Sopa de Feijão Branco		Sopa	Sopa de Abóbora
	Principal	Bolonhesa de Novilho		Principal	Hamburguer de Salmão		Principal			Principal	Pizza de Atum e Ovo		Principal	Picanha no Forno
	Secundário	Tiras do Mar c/ Molho Cor de Rosa		Secundário	Carbonara		Secundário			Secundário	Bife de Peru c/ Mostarda		Secundário	Pescada com Salsa Verde
	Vegetariano	Lasanha de Espinafres e Requeijão		Vegetariano	Almôndegas Vegetarianas		Vegetariano			Vegetariano	Cassoulet Vegetariano		Vegetariano	Enchilhada Vegetariana
	Guarnição	Arroz Escuro		Guarnição	Massa Integral		Guarnição			Guarnição	Arroz Branco		Guarnição	Batatas Noisette
	Legumes	Ervilhas Estufadas		Legumes	Brócolos		Legumes			Legumes	Beterraba Cozida		Legumes	Abóbora Assada
Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Mousse Banana Morango	Sobremesa	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça						
23/mar	Segunda		24/mar	Terça		25/mar	Quarta		26/mar	Quinta		27/mar	Sexta	
	Sopa	Sopa de Cenoura c/ Coentros		Sopa	Canja de Galinha		Sopa	Sopa de Feijão Vermelho		Sopa	Sopa de Agrião		Sopa	Sopa de Curgete
	Principal	Hamburguer de Vitela		Principal	Douradinhos		Principal	Arroz de Pato		Principal	Arroz de Atum		Principal	Frango Guisado
	Secundário	Penne c/ Strogonoff de Salmão		Secundário	Bifes de Peru com Natas		Secundário	Pataniscas de Bacalhau		Secundário	Borrego Estufado		Secundário	Lasanha de Peixe
	Vegetariano	Fuzilli à Checa		Vegetariano	Hamburguer Vegetariano		Vegetariano	Salada de Quinoa c/ Abóbora Assada		Vegetariano	Pizza Margarita		Vegetariano	Pad Thai
	Guarnição	Massa Integral		Guarnição	Arroz de Cenoura		Guarnição	Batatas Assada		Guarnição	Batatas Assada		Guarnição	Arroz Branco
	Legumes	Mistura Mediterrânea		Legumes	Legumes Romanos		Legumes	Couve Flor Cozida		Legumes	Feijão Verde Cozido		Legumes	Cenoura Assada
Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Mousse de Manga					
30/mar	Segunda		31/mar	Terça		01/abr	Quarta		02/abr	Quinta		03/abr	Sexta	
	Sopa	Sopa de Espinafres		Sopa	Sopa de Grão		Sopa	Sopa de Abóbora		Sopa	Sopa de Brócolos		Sopa	Sopa de Couve Flor e Coentros
	Principal	Penne Frango Manj.		Principal	Douradinhos		Principal	Bolonhesa de Novilho		Principal	Massinha de Peixe		Principal	Lasanha de Frango
	Secundário	Pescada c/ Molho Italiano		Secundário	Bife de Vaca		Secundário	Bacalhau c/ Natas		Secundário	Pizza Camponesa		Secundário	Sushi
	Vegetariano	Moussaka Vegetariana		Vegetariano	Tofu c/ Broa e Coentros		Vegetariano	Gnocchi c/ Cogumelos e Molho de Tomate		Vegetariano	Caril de Grão com Abóbora		Vegetariano	Mexican Bowl com Seitan
	Guarnição	Batatas Cozida		Guarnição	Arroz de Tomate e Coentros		Guarnição	Incluído		Guarnição	Arroz Branco		Guarnição	Incluído
	Legumes	Cenoura e Ervilhas		Legumes	Puré de Espinafres		Legumes	Legumes Gregos		Legumes	Legumes Chineses Cozidos		Legumes	Puré de Cenoura
Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça	Sobremesa	Fruta à Peça					