

## Ementas

28 de junho a 02 de julho de 2021

### segunda-feira

---

Sopa	Sopa de feijão vermelho
Prato Principal:	Carne guisada com legumes e macarronete, com salada
Dieta*:	Fêvera grelhada com macarronete e salada
Ovolactovegetariana*:	Cogumelos salteados com legumes, macarronete e salada
Sobremesa:	Fruta da época

### terça-feira

---

Sopa	Creme de legumes
Prato Principal:	Empadão de atum com salada
Dieta*:	Peixe cozido com batata, legumes cozidos e/ou salada
Ovolactovegetariana*:	Empadão de soja com salada
Sobremesa:	Fruta da época

### quarta-feira

---

Sopa	Sopa de feijão verde
Prato Principal:	Lombo assado com esparguete e salada mista
Dieta*:	Bife de peru com esparguete e salada
Ovolactovegetariana*:	Tofu com legumes no forno, esparguete e salada
Sobremesa:	Fruta da época

### quinta-feira

---

Sopa	Sopa de espinafres
Prato Principal:	Salada russa com rissois de peixe e salada
Dieta*:	Peixe grelhado com batata e legumes cozidos e/ou salada
Ovolactovegetariana*:	Salada russa com ovo raspado e salada.
Sobremesa:	Fruta da época   Gelatina

### sexta-feira

---

Sopa	Sopa de couve coração
Prato Principal:	Arroz de carnes tradicional com salada
Dieta*:	Carne cozida com batata e legumes cozidos
Ovolactovegetariana*:	Beringela recheada com arroz e salada.
Sobremesa:	Fruta da época

---

\*Pratos preparados apenas para o alunos com intolerâncias alimentares.