

Ementa mensal - setembro de 2026	
1.ª semana -14 a 18 de setembro	
Segunda-feira - 14/09/2026	
Pequeno almoço	Cereais com leite
Sopa	Sopa de legumes
Prato principal	Carne estufada com batata corada e salada
Sobremesa	Melancia/ maçã
Lanche	Sandes de frango, legumes e sumo
Terça-feira - 15/09/2026	
Pequeno almoço	Nestum/fruta
Sopa	Creme de cenoura
Prato principal	Peixe no forno com legumes e batata <i>sauté</i>
Sobremesa	<i>Pavé</i> de limão
Lanche	Merenda de queijo e fiambre e sumo
Quarta-feira - 16/09/2026	
Pequeno almoço	Panqueca e chá/leite
Sopa	Sopa de abóbora
Prato principal	Carne grelhada com caldinho de feijão preto e arroz de couve
Sobremesa	Pitaia
Lanche	Croissant com queijo e chá/leite
Quinta-feira - 17/09/2026	
FERIADO	
Sexta-feira - 18/09/2026	
PONTE	

Ementa mensal - setembro de 2026	
2.^a semana - 21 a 25 de setembro	
Segunda-feira - 21/09/2026	
Pequeno almoço	Cereais com leite
Sopa	Creme de vegetais
Prato principal	Peito de frango na chapa com arroz de repolho, cenoura e salada
Sobremesa	Pessêgo em calda
Lanche	Sandes de queijo e fiambre e chá/leite
Terça-feira - 22/09/2026	
Pequeno almoço	Panqueca com mel e chá/leite
Sopa	Caldo verde
Prato principal	Panadinhos de frango com massa espiral e legumes
Legumes	Tomate pimentos e milho
Sobremesa	Manga
Lanche	<i>Croissant com nutela</i> e chá/ leite
Quarta-feira - 23/09/2026	
Pequeno almoço	Flocos de aveia
Sopa	Sopa de legumes
Prato principal	Pescada com cebolada/frango, batata saúte e legumes
Legumes	Repolho, couve e cenoura
Sobremesa	Musse de chocolate
Lanche	Sandes de omelete e chá
Quinta-feira - 24/09/2026	
Pequeno almoço	<i>Waffle</i> e chá/leite
Sopa	Creme de abóbora
Prato principal	Esparguete à bolonhesa
Sobremesa	Creme de bolacha/fruta
Lanche	Iogurte e bolacha
Sexta-feira - 25/09/2026	
Pequeno almoço	Torrada com manteiga e chá/leite
Sopa	Creme de legumes
Prato principal	Salada César com frango
Sobremesa	Melancia
Lanche	Merenda de frango e sumo

Ementa mensal - setembro de 2026	
3. ^a semana - 28 a 30 de setembro	
Segunda-feira 28/09/2026	
Pequeno almoço	Cereais com leite
Sopa	Sopa juliana
Prato principal	Almôndegas ao molho de tomate e esparguete
Sobremesa	Melancia
Lanche	Bolos secos com sumo
Terça-feira 29/09/2026	
Pequeno almoço	Bolacha com iogurte
Sopa	Sopa de legumes
Prato principal	Cozido de peixe com grão, batata e ovos
Legumes	Cenoura, repolho e couve
Sobremesa	Musse de chocolate
Lanche	Sandes de omelete e chá/leite
Quarta-feira 30/09/2026	
Pequeno almoço	Cereais com leite
Sopa	Sopa de legumes
Prato principal	Croquetes de peixe com batata e salada
Salada	Alface, cenoura e tomate
Sobremesa	Bolo de banana
Lanche	Pão com manteiga e chá/leite