



# EMENTA ALMOÇO (sopa, prato e fruta)

julho

Semana de 01 a 05 de Jul. (sopa, prato e fruta)	
<b>2ª Feira</b> Dia 01	Sopa de cenoura Almôndegas c/ esparguete e ervilhas estufadas Melão
<b>3ª Feira</b> Dia 02	Sopa de agrião Salada de peixe c/ feijão frade e ovo Maçã
<b>4ª Feira</b> Dia 03	Creme alho francês Jardineira de ervilhas Banana
<b>5ª Feira</b> Dia 04	Creme de cenoura Empadão de peixe (arroz) e salada Melão
<b>6ª Feira</b> Dia 05	Sopa de feijão Esparguete à Bolonhesa Maçã

Semana de 15 a 19 de Jul. (sopa, prato e fruta)	
<b>2ª Feira</b> Dia 15	Creme abóbora Picadinho c/ cogumelos e cuscuz Maçã
<b>3ª Feira</b> Dia 16	Sopa de ervilhas Peixe estufado c/ arroz Melão
<b>4ª Feira</b> Dia 17	Sopa de cenoura Hambúrgueres c/ esparguete e feijão verde salteado Banana
<b>5ª Feira</b> Dia 18	Creme couve Flôr Peixe cozido e legumes Melão
<b>6ª Feira</b> Dia 19	Creme espinafres Frango estufado c/ arroz e feijão preto Maçã

Semana de 08 a 12 de Jul. (sopa, prato e fruta)	
<b>2ª Feira</b> Dia 08	Sopa de ervilhas Atum com espirais, milho e cenoura Maçã
<b>3ª Feira</b> Dia 09	Creme couve Flôr Jardineira Melão
<b>4ª Feira</b> Dia 10	Sopa de lombardo Peixe à Brás e salada Banana
<b>5ª Feira</b> Dia 11	Sopa de brócolos Carne estufada c/ cenouras e cogumelos, puré Melão
<b>6ª Feira</b> Dia 12	Creme cenoura Empadão de peixe e feijão verde salteado Maçã

Semana de 22 a 26 de Jul. (sopa, prato e fruta)	
<b>2ª Feira</b> Dia 22	Sopa de lombardo Empadão de peixe e salada Melão/ Melancia
<b>3ª Feira</b> Dia 23	Sopa de brócolos Empadão de carne (puré) e salada Maçã
<b>4ª Feira</b> Dia 24	Creme de alho francês Massada de peixe Banana
<b>5ª Feira</b> Dia 25	Sopa de curgete Strogonoff c/ arroz de cenoura e ervilhas Melão
<b>6ª Feira</b> Dia 26	Creme de couve flor Peixe à Gomes Sá Melão

Semana de 29 a 31 de Jul. (sopa, prato e fruta)	
<b>2ª Feira</b> Dia 29	Sopa de cenoura Picadinho c/ puré e ervilhas estufadas Melão
<b>3ª Feira</b> Dia 30	Sopa de agrião Massada de peixe Maçã
<b>4ª Feira</b> Dia 31	Creme alho francês Bifinhos c/ arroz de cenoura e couves de Bruxelas Banana