

EMENTA - Almoço		
19 a 23 de maio de 2025		
DIA	PRATO	
2ª FEIRA	Sopa	Creme de abóbora
	Prato	Pescada à Gomes de Sá com salada mista*
	Vegetariano	Massa fusilli com feijão-preto, legumes (pimento, alho-francês e cenoura) e caril com salada mista*
	Sobremesa	1 peça de fruta ou doce
3ª FEIRA	Sopa	Caldo verde
	Prato	Rojões (pickles e azeitonas) com batata cozida e legumes cozidos (couve-flor, brócolos e cenoura baby)
	Vegetariano	Rojões de soja (pickles e azeitonas) com batata cozida e legumes cozidos (couve-flor, brócolos e cenoura baby)
	Sobremesa	1 peça de fruta ou doce
4ª FEIRA	Sopa	Camponesa
	Prato	Salada russa de atum e ovo com salada mista*
	Vegetariano	Rancho vegetariano (grão-de-bico, massa, couve e enchido veg.) com salada mista*
	Sobremesa	1 peça de fruta ou doce
5ª FEIRA	Sopa	Ervilhas
	Prato	Feijoada de carne de porco com enchidos, arroz branco e salada mista*
	Vegetariano	Feijoada de cogumelos (feijão-branco) com arroz branco e salada mista*
	Sobremesa	1 peça de fruta ou doce
6ª FEIRA	Sopa	Feijão-vermelho e cenoura
	Prato	Tibornada de tentáculos de pota com brócolos cozidos
	Vegetariano	Curgete recheada com feijão-frade, batata assada e brócolos cozidos
	Sobremesa	1 peça de fruta ou doce

NOTAS:

- O Menu Social é composto por sopa, pão, prato principal (carne ou peixe ou vegetariano) e uma sobremesa (doce ou fruta);
- Os pratos das ementas definidas só são garantidos com senha adquirida antecipadamente na Plataforma SASocial, sendo que o prato vegetariano estará disponível apenas por marcação prévia.
- As ementas poderão sofrer alterações em qualquer momento, por motivo de alteração do fornecimento de bens-alimentares;

*Salada é composta por 3 dos seguintes elementos: alface/tomate/couve-roxa/beterraba/pepino/cenoura/cebola/milho.