



EMENTAS | janeiro 2026

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Semana 01	05/01/2026	06/01/2026	07/01/2026	08/01/2026	09/01/2026
Sopa	Creme de cenoura	Sopa juliana	Creme de ervilhas	Creme de legumes	Creme de cenoura
Prato	Massa Penne com atum no forno	Feijoada de frango com feijão branco	Lombo assado com batatinhas e arroz	Bolonhesa de carne	Pescada à Gomes de Sá
Sobremesa	Salada de fruta	Banana	Gelatina/Maçã	Gelatina	Banana
Semana 02	12/01/2026	13/01/2026	14/01/2026	15/01/2026	16/01/2026
Sopa	Creme de cenoura	Creme de alho francês	Creme de abóbora	Sopa de couve branca	Sopa de espinafres
Prato Principal	Salmão lascado com massa Fusilli tricolor	Chili de carne com feijão vermelho	Bifinhos de frango grelhados com arroz de ervilhas	Rojões com batatinhas e arroz branco	Atum com massa espiral (atum, ovo, ervilhas)
Sobremesa	Maçã	Salada de fruta	Laranja	Pêra	Banana
Semana 03	19/01/2026	20/01/2026	21/01/2026	22/01/2026	23/01/2026
Sopa	Creme de legumes	Sopa Juliana	Sopa de feijão branco	Sopa de legumes	Creme de legumes
Prato Principal	Douradinhos no forno com arroz primavera	Bifanas com arroz branco	Vitelinha estufada com puré	Strogonoff de frango com cogumelos e arroz	Arroz de peixe malandrinho
Sobremesa	Laranja	Maçã	Tangerina	Salada de fruta	Pêra
Semana 04	26/01/2026	27/01/2026	28/01/2026	29/01/2026	30/01/2026
Sopa	Creme de ervilhas	Sopa de feijão verde	Sopa de legumes	Sopa de couve branca	Creme de legumes
Prato Principal	Arroz de atum no forno	Jardineira de carne	Frango assado	Almôndegas com esparguete	Pescada à Brás
Sobremesa	Banana	Gelatina	Maçã	Pêra	Tangerina

Informação:

- As ementas podem sofrer alterações;
- Todos os dias as refeições são acompanhadas por salada variada (alface, tomate e cenoura).

EMENTAS | fevereiro 2026

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Semana 05	02/02/2026	03/02/2026	04/02/2026	05/02/2026	06/02/2026
Sopa	Creme de cenoura	Sopa juliana	Creme de ervilhas	Creme de legumes	Creme de cenoura
Prato	Lombinho de peixe gratinado com brócolos	Massa com carne estufada	Bifinhos de frango grelhados com feijão preto	Panadinhos de frango com arroz de cenoura	Empadão de atum
Sobremesa	Salada de fruta	Banana	Gelatina/Maçã	Gelatina	Banana
Semana 06	09/02/2026	10/02/2026	11/02/2026	12/02/2026	13/02/2026
Sopa	Creme de cenoura	Creme de alho francês	Creme de abóbora	Sopa de couve branca	Sopa de espinafres
Prato Principal	Peixe estufado com arroz branco e brócolos	Massa com carne gratinados no forno	Lombo assado com batatinhas	Frango estufado com massa esparguete	Salada Russa
Sobremesa	Maçã	Salada de fruta	Laranja	Pêra	Banana
Semana 07	16/02/2026	17/02/2026	18/02/2026	19/02/2026	20/02/2026
Sopa				Sopa de legumes	Creme de legumes
Prato Principal	Carnaval			Massa à carbonara	Carne estufada com arroz branco
Sobremesa				Salada de fruta	Pêra
Semana 08	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026
Sopa	Creme de ervilhas	Sopa de feijão verde	Sopa de legumes	Sopa de couve branca	Creme de legumes
Prato Principal	Salmão lascado com massa Fusilli tricolor	Feijoada de frango com arroz	Empadão de atum	Bolonhesa de carne	Bifinhos de frango com arroz branco
Sobremesa	Banana	Gelatina	Maçã	Pêra	Tangerina

Informação:

- As ementas podem sofrer alterações;
- Todos os dias as refeições são acompanhadas por salada variada (alface, tomate e cenoura).

EMENTAS | março 2026

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Semana 09	02/03/2026	03/03/2026	04/03/2026	05/03/2026	06/03/2026
Sopa	Creme de legumes	Sopa de couve branca	Sopa Juliana	Creme de legumes	Creme de cenoura
Prato	Panadinhos de frango com arroz primavera	Pescada à Gomes de Sá	Strogonoff de peru com cogumelos e arroz	Massa à lavrador	Arroz de atum no forno
Sobremesa	Pêra	Tangerina	Maçã	Gelatina	Banana
Semana 10	09/03/2026	10/03/2026	11/03/2026	12/03/2026	13/03/2026
Sopa	Creme de cenoura	Creme de alho francês	Creme de abóbora	Sopa de couve branca	Sopa de espinafres
Prato Principal	Lombinhos de peixe gratinados com brócolos	Rojões com batatinhas e arroz branco	Vitelinha estufada com puré	Frango assado com esparguete	Douradinhos no forno com arroz de cenoura
Sobremesa	Maçã	Salada de fruta	Laranja	Pêra	Banana
Semana 11	16/03/2026	17/03/2026	18/03/2026	19/03/2026	20/03/2026
Sopa	Creme de legumes	Sopa Juliana	Sopa de feijão branco	Sopa de legumes	Creme de legumes
Prato Principal	Bolonhesa de atum	Chili de carne com feijão vermelho e arroz	Jardineira de vitela	Massa com frango	Peixe estufado com arroz e brócolos
Sobremesa	Laranja	Maçã	Tangerina	Salada de fruta	Pêra
Semana 12	23/03/2026	24/03/2026	25/03/2026	26/03/2026	27/03/2026
Sopa	Creme de ervilhas	Sopa de feijão verde	Sopa de legumes	Sopa de couve branca	Creme de legumes
Prato Principal	Atum com massa espiral (atum, milho, ovos)	Bifinhos grelhados com arroz de cenoura	Pescada à Brás	Lombo assado com batatinhas	Bifanas com arroz branco
Sobremesa	Banana	Gelatina	Maçã	Pêra	Tangerina
Semana 13	30/03/2026	31/03/2026			
		Férias			

Informação:

- As ementas podem sofrer alterações;
- Todos os dias as refeições são acompanhadas por salada variada (alface, tomate e cenoura).



EMENTAS | abril 2026

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Semana 14			01/04/2026	02/04/2026	03/04/2026
Sopa					
Prato			Férias		
Sobremesa					
Semana 15	06/04/2026	07/04/2026	08/04/2026	09/04/2026	10/04/2026
Sopa					
Prato			Férias		
Principal					
Sobremesa					
Semana 16	13/04/2026	14/04/2026	15/04/2026	16/04/2026	17/04/2026
Sopa					
Prato					
Principal					
Sobremesa					
Semana 17	20/04/2026	21/04/2026	22/04/2026	23/04/2026	24/04/2026
Sopa	Creme de ervilhas	Sopa de feijão verde	Sopa de legumes	Sopa de couve branca	
Prato					
Principal					
Sobremesa	Banana	Gelatina	Maçã	Pêra	
Semana 18	27/04/2026	28/04/2026	29/04/2026	30/04/2026	
Sopa	Sopa de couve coração	Sopa de espinafres	Creme de legumes		
Prato					
Principal					
Sobremesa	Laranja	Banana	Maçã		

Informação:

- As ementas podem sofrer alterações;
- Todos os dias as refeições são acompanhadas por salada variada (alface, tomate e cenoura).

EMENTAS | maio 2026

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Semana 19	27/04/2026	28/04/2026	29/04/2026	30/04/2026	01/05/2026
Sopa					
Prato					Feriado
Sobremesa					
Semana 20	04/05/2026	05/05/2026	06/05/2026	07/05/2026	08/05/2026
Sopa	Creme de cenoura	Creme de alho francês	Creme de abóbora	Sopa de couve branca	Sopa de espinafres
Prato Principal	Massa à Carbonara	Arroz de atum no forno	Peixe à Gomes de Sá	Almondegas com esparguete	Frango assado com arroz
Sobremesa	Maçã	Salada de fruta	Laranja	Pêra	Banana
Semana 21	11/05/2026	12/05/2026	13/05/2026	14/05/2026	15/05/2026
Sopa	Creme de legumes	Creme de cenoura	Sopa de espinafres	Sopa de legumes	Creme de legumes
Prato Principal	Bifanas grelhadas, feijão preto e arroz	Lombinhos de pescada cozida e legumes	Chili de carne com arroz branco	Strogonoff de aves com arroz branco	Empadão de atum
Sobremesa	Gelatina	Banana	Tangerina	Pêra	Laranja
Semana 22	18/05/2026	19/05/2026	20/05/2026	21/05/2026	22/05/2026
Sopa	Creme de ervilhas	Sopa de feijão verde	Sopa de legumes	Sopa de couve branca	Creme de legumes
Prato Principal	Lombos de pescada no forno com arroz branco	Massa à bolonhesa	Lombo de porco assado com arroz branco	Bifinhos de frango grelhados com esparguete salteado	Pescada à Gomes de Sá
Sobremesa	Banana	Gelatina	Maçã	Pêra	Tangerina
Semana 23	25/05/2026	26/05/2026	27/05/2026	28/05/2026	29/05/2026
Sopa	Creme de legumes	Sopa Juliana	Creme de alho francês	Sopa de espinafres	Creme de legumes
Prato Principal	Panadinhos de frango no forno com arroz de cenoura	Peixe à Brás	Massa Penne com frango	Bifinhos de peru grelhados com arroz branco e legumes salteados	Lombinhos de peixe no forno
Sobremesa	Laranja	Maçã	Salada de fruta	Laranja	Pêra

Informação:

- As ementas podem sofrer alterações;
- Todos os dias as refeições são acompanhadas por salada variada (alface, tomate e cenoura).

EMENTAS | junho 2026

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Semana 24	01/06/2026	02/06/2026	03/06/2026	04/06/2026	05/06/2026
Sopa	Sopa de feijão verde	Sopa Juliana	Creme de ervilhas	Sopa de couve lombarda	Creme de cenoura
Prato	Arroz de peixe	Vitelinha estufada com esparguete salteado	Massa à bolonhesa	Arroz à Valenciana	Massa espiral com ovo, atum e milho
Sobremesa	Maçã	Banana	Gelatina/Maçã	Laranja	Pêra
Semana 25	08/06/2026	09/06/2026	10/06/2026	11/06/2026	12/06/2026
Sopa	Creme de ervilhas			Sopa de espinafres	Creme de abóbora
Prato Principal	Lombos de pescada estufados com arroz branco		Feriado	Rojões	Frango assado com esparguete salteado
Sobremesa	Maçã			Pêra	Maçã
Semana 26	15/06/2026	16/06/2026	17/06/2026	18/06/2026	19/06/2026
Sopa	Creme de cenoura	Sopa Juliana	Creme de ervilhas		Creme de legumes
Prato Principal	Peixe à Gomes de Sá	Jardineira de carne	Arroz de frango no forno		Feijoada de aves
Sobremesa	Maçã	Banana	Gelatina		Pêra
Semana 27	22/06/2026	23/06/2026	24/06/2026	25/06/2026	26/06/2026
Sopa	Creme de ervilhas			Sopa de couve branca	Creme de legumes
Prato Principal	Medalhões de peixe assado no forno		Feriado	Chili de carne com arroz branco	Lombinhos de peixe gratinados com brócolos
Sobremesa	Banana			Pêra	Tangerina
Semana 28	29/06/2026	30/06/2026			
Sopa	Creme de legumes				
Prato Principal	Peixe à Brás				
Sobremesa	Laranja				

Informação:

- As ementas podem sofrer alterações;
- Todos os dias as refeições são acompanhadas por salada variada (alface, tomate e cenoura).