



## CENTRO DIA TERCENA

Semana 6

Semana de 6 a 10 de Abril de 2026

DIA	PRATO	Geral	Dieta
2ª feira	Sopa	creme de legumes	creme de legumes
	Prato	panados de frango com arroz alegre	bife de frango com arroz alegre
	Sobremesa	Fruta da época ou Doce	Fruta da época ou doce
3ª feira	Sopa	Espinafres	Espinafres
	Prato	feijaoda de choco	peixe assado simples
	Sobremesa	Fruta da época ou Doce	Fruta da época ou doce
4ª feira	Sopa	Grelos	Grelos
	Prato	frango assado com batata frita e arroz branco	Frango assado com arroz de cenoura
	Sobremesa	Fruta da época ou Doce	Fruta da época ou doce
5ª feira	Sopa	feijao verde	Feijao verde
	Prato	Peixe frito com arroz de tomate e pimentos	peixe estufado com arroz
	Sobremesa	Fruta da época ou Doce	Fruta da época ou doce
6ª feira	Sopa	creme de brocolos	creme de brocolos
	Prato	Ensopado de peru com batata cozida	Ensopado de peru simples
	Sobremesa	Fruta da época ou Doce	Fruta da época ou doce
Sábado	Sopa		
	Prato		
	Sobremesa		
Domingo	Sopa		
	Prato		
	Sobremesa		

Nota: Será servida salada ou legumes sempre que não exista na confeção do prato.

Nota: A ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos