



CENTRO DIA TERCENA

semana 1

semana de 29 de junho a 3 de julho de 2026

DIA	PRATO	Geral	Dieta
2ª feira	Sopa	legumes	legumes
	Prato	croquetes com arroz	febras estufadas com arroz
	Sobremesa	Fruta da época ou doce	Fruta da época ou doce
3ª feira	Sopa	Feijão verde	Feijao verde
	Prato	massada de peixe	peixe cozido com legumes
	Sobremesa	Fruta da época ou doce	Fruta da época ou doce
4ª feira	Sopa	Grelos	Grelos
	Prato	frango assado com batata frita e arroz	frango assado com arroz
	Sobremesa	Fruta da época ou doce	Fruta da época ou doce
5ª feira	Sopa	Espinafres	Espinafres
	Prato	salada de peixe com ovo	salada de peixe
	Sobremesa	Fruta da época ou doce	Fruta da época ou doce
6ª feira	Sopa	lombardo	lombardo
	Prato	Pa de porco estufada com massa tricollor	pa porco estufada simples com massa tricolor
	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