



## EMENTA VEGETARIANA

**Semana de 12 a 16 Janeiro 2026**

	<b>ALMOÇO</b>
Segunda-feira	Sopa de curgete Bolonhesa de vegetais gratinado no forno (tomate, couve-flor e brócolos) Cenoura ralada e milho Fruta de época
Terça-feira	Creme de feijão verde Quiche de alho francês Arroz de legumes (tomate, cenoura, ervilha e couve coração) Fruta de época
Quarta-feira	Sopa de alho francês Massada de cogumelos à napolitana c/feijão branco, curgete e cenoura Fruta de época
Quinta-feira	Creme de penca Salada de feijão-frade (brócolos, cenoura e milho) Arroz branco Alface juliana Fruta de época
Sexta-feira	Sopa de nabiças e feijão Bife de berlingela no forno c/batata assada Salada de pepino Gelatina vegetal