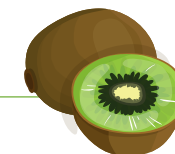


EMENTA

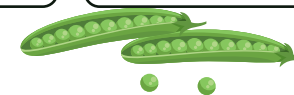


EB/S José Afonso

Semana 03 a 06 de março de 2025



Março	03 Segunda-feira	04 Terça-feira	05 Quarta-feira	06 Quinta-feira	07 Sexta-feira
Sopa	CARNAVAL	CARNAVAL	CARNAVAL	Alho francês	Juliana
Prato principal				Strogonoff com arroz e salada	Empadão de atum (puré)
Dieta				Carne	Peixe
Vegetariano				Strogonoff de seitan com arroz	Salada de soja com grão e legumes
Sobremesa				Fruta ou doce	Fruta

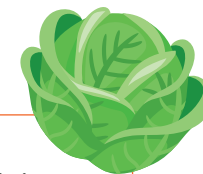


EMENTA



EB/S José Afonso

Semana 18 a 22 de março de 2025



Marçoo	10 Segunda-feira	11 Terça-feira	12 Quarta-feira	13 Quinta-feira	14 Sexta-feira
Sopa	Repolho	Espinafres	Juliana	Espinafres	Agrião
Prato principal	Pastéis de bacalhau com arroz de ervilhas e salada	Massa gratinada com queijo e fiambre	Empadão de atum (puré)	Feijoada	Massa de peixe
Dieta	Peixe	Carne	Peixe	Carne	Peixe
Vegetariano	Seitan salteado com legumes e arroz	Massa gratinada com salsichas vegan e legumes	Salada de soja com grão e legumes	Feijoada de legumes com choriço vegan	Caldeirada vegetariana
Sobremesa	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

