


EMENTA

EBS José Afonso

Semana de 27 de abril a 01 de maio de 2026



Abril Maio	27 Segunda-feira	28 Terça-feira	29 Quarta-feira	30 Quinta-feira	01 Sexta-feira
Sopa	Repolho	Espinafres 	Juliana	Creme de cenoura	FERIADO
Prato principal	Pastéis de bacalhau com arroz de ervilhas e salada	Feijoada	Empadão de atum (puré) e salada	Bifes de cebolada com massa e salada	
Dieta 	Peixe	Carne	Peixe 	Carne	
Vegetariano	Seitan salteado com legumes e arroz	Feijoada de legumes com chouriço vegan	Empadão de legumes e salada	Ervilhas estufadas com chouriço de soja	
Sobremesa	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	

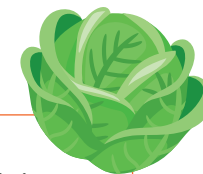


EMENTA



EBS José Afonso

Semana de 04 a 08 de maio de 2026



Maio	04 Segunda-feira	05 Terça-feira	06 Quarta-feira	07 Quinta-feira	08 Sexta-feira
Sopa	Creme de couve-flor e cenoura	Lombardo	Cenoura	Creme de legumes	Nabiças
Prato principal	Panados de frango com arroz e salada	Bacalhau com grão, batatas, bróculos e cenoura	Strogonoff com massa e salada	Jardineira de lulas	Carne assada com batatas e salada
Dieta	Carne	Peixe	Carne	Peixe	Carne
Vegetariano	Alheira vegetariana com legumes e arroz	Salada de grão, batatas, bróculos e cenoura	Salsichas de soja com legumes e arroz	Jardineira de soja	Seitan no forno com batatas e salada
Sobremesa	Fruta ou doce	Fruta ou doce	Fruta ou doce	Fruta	Fruta ou doce

