



## EMENTA DE SETEMBRO



### **Segunda-Feira**

**14/09/2026**

**Sopa:** Sopa de alho-francês

**Prato:** Frango assado acompanhado de arroz e couve salteada

**Sobremesa:** Fruta

### **Terça-Feira**

**15/09/2026**

**Sopa:** Sopa da Primavera

**Prato:** Bacalhau à Gomes de Sá acompanhado de salada de alface (3;4)

**Sobremesa:** Gelatina

### **Quarta-Feira**

**16/09/2026**

**Sopa:** Sopa de Farrapos (3)

**Prato:** Feijoadà à brasileira acompanhada de arroz branco

**Sobremesa:** Fruta

### **Quinta-Feira**

**17/09/2026**

**Sopa:** Caldo Verde

**Prato:** Bifes de atum com milho cozido (4)

**Sobremesa:** Fruta

### **Sexta-Feira**

**18/09/2026**

**Sopa:** Sopa da Avó

**Prato:** Macarrão guisado acompanhado de salada de alface (1)

**Sobremesa:** Fruta



## EMENTA DE SETEMBRO



### **Segunda-Feira**

**21/09/2026**

**Sopa:** Creme de abóbora com agrião

**Prato:** Atum de escabeche acompanhado de batata no forno e salada de alface (4)

**Sobremesa:** Fruta

### **Terça-Feira**

**22/09/2026**

**Sopa:** Sopa de Legumes

**Prato:** Lasanha de carne moída acompanhada de salada de alface (1;7)

**Sobremesa:** Fruta

### **Quarta-Feira**

**23/09/2026**

**Sopa:** Sopa do Campo (1)

**Prato:** Grão-de-bico com bacalhau acompanhado de batata, cenoura e beterraba (4)

**Sobremesa:** Fruta

### **Quinta-Feira**

**24/09/2026**

**Sopa:** Creme de ervilha

**Prato:** Carne à Jardineira acompanhada de arroz branco

**Sobremesa:** Fruta

### **Sexta-Feira**

**25/09/2026**

**Sopa:** Sopa da Primavera

**Prato:** Filete de peixe-vermelho acompanhado de arroz e legumes salteados (1;3;4)



**Sobremesa:** Fruta

## EMENTA DE SETEMBRO E OUTUBRO



### **Segunda-Feira**

**28/09/2026**

**Sopa:** Sopa de ervilhas

**Prato:** Lombo assado com castanhas acompanhado de esparguete e legumes cozidos (1)

**Sobremesa:** Fruta

### **Terça-Feira**

**29/09/2026**

**Sopa:** Sopa de alho- francês

**Prato:** Filete de cavala em escabeche acompanhado de batata a murro e salada de alface (4)

**Sobremesa:** Fruta

### **Quarta-Feira**

**30/09/2026**

**Sopa:** Creme de cenoura

**Prato:** Bifes de frango acompanhado de arroz e legumes salteados

**Sobremesa:** Fruta

### **Quinta-Feira**

**01/10/2026**

**Sopa:** Sopa de Farrapos (3)

**Prato:** Macarrão com atum, cogumelos, cenoura e azeitonas acompanhado de salada de alface (1,4)

**Sobremesa:** Fruta



**Sexta-Feira**

**02/10/2026**

**Sopa:** Caldo Verde

**Prato:** Feijoada à portuguesa acompanhada de arroz

**Sobremesa:** Fruta

## EMENTA DE OUTUBRO



**Segunda-Feira**

**05/10/2026**

## FERIADO NACIONAL (Implantação da República)

**Terça-Feira**

**06/10/2026**

**Sopa:** Creme de cenoura

**Prato:** Frango assado acompanhado de arroz e salada de alface

**Sobremesa:** Fruta

**Quarta-Feira**

**07/10/2026**

**Sopa:** Creme de ervilhas

**Prato:** Bifes de atum com milho cozido (4)

**Sobremesa:** Fruta

**Quinta-Feira**

**08/10/2026**

**Sopa:** Sopa do Campo (1)

**Prato:** Esparguete à Bolonhesa acompanhado de legumes cozidos (1)

**Sobremesa:** Fruta



### **Sexta-Feira**

**09/10/2026**

**Sopa:** Creme de abóbora com cenoura

**Prato:** Bacalhau de escabeche acompanhado de batata a murro e salada de alface (4)

**Sobremesa:** Fruta

## **EMENTA DE OUTUBRO**



### **Segunda-Feira**

**12/10/2026**

**Sopa:** Sopa de alho- francês

**Prato:** Lasanha com carne moída acompanhada de salada de alface (1;7)

**Sobremesa:** Fruta

### **Terça-Feira**

**13/10/2026**

**Sopa:** Creme de cenoura

**Prato:** Filete de peixe-vermelho acompanhado de batata a murro, cenoura e beterraba (1;3;4)

**Sobremesa:** Fruta

### **Quarta-Feira**

**14/10/2026**

**Sopa:** Sopa de Farrapos (3)

**Prato:** Bife de frango com cogumelos acompanhado de arroz e legumes salteados

**Sobremesa:** Fruta

### **Quinta-Feira**

**15/10/2026**

**Sopa:** Caldo Verde

**Prato:** Bacalhau à Gomes de Sá acompanhado de salada de alface (3;4)



**Sobremesa:** Fruta

**Sexta-Feira**

**16/10/2026**

**Sopa:** Sopa da Avó

**Prato:** Frango assado acompanhado de arroz e couve salteada

**Sobremesa:** Fruta

## EMENTA DE OUTUBRO



**Segunda-Feira**

**19/10/2026**

**Sopa:** Sopa do Campo (1)

**Prato:** Macarrão com carne guisada acompanhado de legumes cozidos (1)

**Sobremesa:** Fruta

**Terça-Feira**

**20/10/2026**

**Sopa:** Creme de Ervilhas

**Prato:** Bifes de atum com milho cozido (4)

**Sobremesa:** Fruta

**Quarta-Feira**

**21/10/2026**

**Sopa:** Sopa da Primavera

**Prato:** Feijoadà à Brasileira acompanhada de arroz branco

**Sobremesa:** Fruta

**Quinta-Feira**

**22/10/2026**

**Sopa:** Sopa de abóbora com agrião



Secretaria Regional  
de Educação, Ciência e Tecnologia



**Prato:** Frango assado acompanhado de esparguete e couve salteada (1)

**Sobremesa:** Fruta

**Sexta-Feira**

**23/10/2026**

**Sopa:** Sopa de alho-francês

**Prato:** Filete de cavala de escabeche acompanhado de batata a murro e salada de alface (4)

**Sobremesa:** Fruta

## EMENTA DE OUTUBRO



**Segunda-Feira**

**26/10/2026**

**Sopa:** Caldo Verde

**Prato:** Grão-de-bico com bacalhau e salada de alface (4)

**Sobremesa:** Fruta

**Terça-Feira**

**27/10/2026**

**Sopa:** Sopa de farrapos (3)

**Prato:** Lombo assado acompanhado de arroz da tia Alice

**Sobremesa:** Fruta

**Quarta-Feira**

**28/10/2026**

**Sopa:** Creme de cenoura

**Prato:** Massa de parafuso com atum, cenoura, cogumelos, azeitonas acompanhada de salada de alface (1,4)

**Sobremesa:** Fruta

**Quinta-Feira**

**29/10/2026**



Secretaria Regional  
de Educação, Ciência e Tecnologia



**Sopa:** Sopa da Avó

**Prato:** Feijoada à portuguesa acompanhada de arroz branco

**Sobremesa:** Fruta

**Sexta-Feira**

**30/10/2026**

**Sopa:** Sopa de Legumes

**Prato:** Lasanha de carne moída acompanhada de legumes salteados (1;7)

**Sobremesa:** Fruta