



Ementa ESMA

Almoço Principal

05/02/2024 - Segunda-feira

Alergénicos

Sopa: Creme de Legumes

Prato 1: Arroz de Aves

Outros: Jardineira

Sobremesa: Fruta

06/02/2024 - Terça-feira

Alergénicos

Sopa: Abóbora c/ Ervilhas

Prato 1: Bifana no Pão c/ Batata Frita (Ementa Especial)

Outros: Alface e tomate

Sobremesa: Fruta

07/02/2024 - Quarta-feira

Alergénicos

Sopa: Creme de Couve- Flôr

Prato 1: Carne de Vaca ao cubo Estufada c/ Arroz de legumes

Outros: Cenoura Ripada

Sobremesa: Gelatina

08/02/2024 - Quinta-feira

Alergénicos

Sopa: Juliana de Legumes

Prato 1: Empadão de Atum

Outros: Brocolos

Sobremesa: Fruta

09/02/2024 - Sexta-feira

Alergénicos

Sopa: Feijão Verde c/ Cenoura

Prato 1: Pernas de Frango Crocantes assadas c/ batata assada

Outros: Tomate e Pepino

Sobremesa: Fruta



Ementa ESMA

Almoço Professores/Funcionários

05/02/2024 - Segunda-feira

Alergénicos

Sopa: Creme de Legumes

Prato 1: Arroz de Aves

Outros: Jardineira

Sobremesa: Fruta

06/02/2024 - Terça-feira

Alergénicos

Sopa: Abóbora c/ Ervilhas

Prato 1: Bifana no Pão c/ Batata Frita (Ementa Especial)

Outros: Alface e tomate

Sobremesa: Fruta

07/02/2024 - Quarta-feira

Alergénicos

Sopa: Creme de Couve- Flôr

Prato 1: Carne de Vaca ao cubo Estufada c/ Arroz de legumes

Outros: Cenoura Ripada

Sobremesa: Gelatina

08/02/2024 - Quinta-feira

Alergénicos

Sopa: Juliana de Legumes

Prato 1: Empadão de Atum

Outros: Brocolos

Sobremesa: Fruta

09/02/2024 - Sexta-feira

Alergénicos

Sopa: Feijão Verde c/ Cenoura

Prato 1: Pernas de Frango Assado c/ Pimentos e batata assada

Outros: Tomate e Pepino

Sobremesa: Fruta



Ementa ESMA

Almoço Vegetariana

05/02/2024 - Segunda-feira

Alergénicos

Sopa: Creme de Legumes
Prato 1: Grão de Bico c/ Maça e Arroz Branco
Outros: Jardineira
Sobremesa: Fruta

06/02/2024 - Terça-feira

Alergénicos

Sopa: Abóbora c/ Ervilhas
Prato 1: Hamburguer de Feijão no Pão e Batata Frita (Ementa Especial)
Outros: Alface e tomate
Sobremesa: Fruta

07/02/2024 - Quarta-feira

Alergénicos

Sopa: Creme de Couve- Flôr
Prato 1: Fava Estufada c/ Arroz de Legumes
Outros: Cenoura Ripada
Sobremesa: Gelatina

08/02/2024 - Quinta-feira

Alergénicos

Sopa: Juliana de Legumes
Prato 1: Empadão de Atum
Outros: Brocolos
Sobremesa: Fruta

09/02/2024 - Sexta-feira

Alergénicos

Sopa: Feijão Verde c/ Cenoura
Prato 1: Tortilha de Legumes
Outros: Tomate e Pepino
Sobremesa: Fruta



Ementa ESMA

Almoço Vegetariana/prof/func

05/02/2024 - Segunda-feira

Alergénicos

Sopa: Creme de Legumes
Prato 1: Grão de Bico c/ Maça e Arroz Branco
Outros: Jardineira
Sobremesa: Fruta

06/02/2024 - Terça-feira

Alergénicos

Sopa: Abóbora c/ Ervilhas
Prato 1: Hamburguer de Feijão no Pão e Batata Frita (Ementa Especial)
Outros: Alface e tomate
Sobremesa: Fruta

07/02/2024 - Quarta-feira

Alergénicos

Sopa: Creme de Couve- Flôr
Prato 1: Fava Estufada c/ Arroz de Legumes
Outros: Cenoura Ripada
Sobremesa: Gelatina

08/02/2024 - Quinta-feira

Alergénicos

Sopa: Juliana de Legumes
Prato 1: Empadão de Legumes
Outros: Brocolos
Sobremesa: Fruta

09/02/2024 - Sexta-feira

Alergénicos

Sopa: Feijão Verde c/ Cenoura
Prato 1: Tortilha de Legumes
Outros: Tomate e Pepino
Sobremesa: Fruta