Centro Social Paroquial Maria da Glória

Ementa Semanal



9 a 15 de Novembro de 2026	
2ª feira	**Sopa:** Repolho **Prato:** Hambúrguer no forno com arroz e salada **Dieta:** Hambúrguer grelhado com arroz e salada **Sobremesa:** Fruta da época **Jantar:** Massa cortada com salmão
3ª feira	**Sopa:** Espinafres **Prato:** Pescada escondida **Dieta:** Pescada escondida **Sobremesa:** Fruta da época **Jantar:** Costeletas de porco estufadas com arroz de legumes
4ª feira	**Sopa:** Alho francês **Prato:** Frango estufado com ervilhas e cenoura, com massa espiral **Dieta:** Bife de frango grelhado com massa espiral **Sobremesa:** Fruta da época **Jantar:** Arroz primavera
5ª feira	**Sopa:** Couve lombarda **Prato:** Empadão de peixe **Dieta:** Empadão de peixe **Sobremesa:** Doce **Jantar:** Tiras de frango com massa meada
6ª feira	**Sopa:** Abóbora **Prato:** Feijoada com arroz branco **Dieta:** Arroz branco com costeleta grelhada **Sobremesa:** Fruta da época **Jantar:** Bata com repolho e red fish cozido
Sábado	**Sopa:** Feijão **Prato:** Massada de peixe **Dieta:** Massada de peixe **Sobremesa:** Fruta da época **Jantar:** Peito de frango com arroz
Domingo	**Sopa:** Creme de legumes **Prato:** Rojões com batata e bróculos **Dieta:** Rojões com batata e bróculos **Sobremesa:** Fruta da época **Jantar:** Canja de galinha

Ementa sujeita a alterações.
BOM APETITE!