

Novembro 2025

EMENTA III

Dia	Refeição	Almoço
Segunda-feira 3	Sopa	Creme de couve-flor
	Prato Principal	Almôndegas + esparguete + feijão verde
	Prato Vegetariano	Beringela recheada + feijão verde
	Sobremesa	Fruta da Época
Terça-feira 4	Sopa	Creme de abóbora
	Prato Principal	Salada de atum com jardineira + brócolos
	Prato Vegetariano	Salada de massa com feijão frade, milho e cenoura
	Sobremesa	Fruta da Época
Quarta-feira 5	Sopa	Creme de tomate
	Prato Principal	Pernas de frango + puré de batata + cenoura baby
	Prato Vegetariano	Ervilhas estufadas com cenoura e batata
	Sobremesa	Fruta da Época/Sobremesa doce
Quinta-feira 6	Sopa	Canja de galinha/ Sopa de lentilha
	Prato Principal	Filetes de abrótea no forno + arroz de pimentos + couve-flor
	Prato Vegetariano	Curgete recheada + arroz de pimentos + couve-flor
	Sobremesa	Fruta da Época
Sexta-feira 7	Sopa	Creme de cenoura
	Prato Principal	Lasanha de carne + tomate e pepino
	Prato Vegetariano	Bolonhesa de soja e cogumelos + tomate e pepino
	Sobremesa	Fruta da Época

Os pratos podem conter as seguintes substâncias, produtos e/ou derivados: cereais que contêm glúten, ovos, peixe e produtos à base de peixe, amendoins, soja e produtos à base de soja, leite, produtos à base de leite, frutos de casca rija, aipo, dióxido de enxofre e sulfitos, sésamo, mostarda, tremoços, crustáceos e moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas. Todos os pratos são acompanhados por pão de mistura e salada de legumes crus ou cozidos, composta por pelo menos 2 dos seguintes ingredientes: alface, cenoura, pepino, pimentos, repolho, tomate, abóbora, brócolos, curgete, couve-flor, feijão-verde, milho, entre outros. A bebida é água. A ementa por motivos alheios à Casa do Povo de Biscoitos pode sofrer alterações.

BOM APETITE!

Novembro 2025

EMENTA IV

Dia	Refeição	Almoço
Segunda-feira 10	Sopa	Creme de alho francês
	Prato Principal	Feijoada + massa + enchidos
	Prato Vegetariano	Feijoada vegetariana + arroz branco + cenoura baby
	Sobremesa	Fruta da Época
Terça-feira 11	Sopa	Creme de legumes
	Prato Principal	Douradinhos + arroz de pimentos + cenoura baby
	Prato Vegetariano	Tortilha de legumes
	Sobremesa	Fruta da Época
Quarta-feira 12	Sopa	Creme de feijão branco
	Prato Principal	Carne de vaca moída + esparguete + brócolos
	Prato Vegetariano	Curgete recheada + massa + brócolos
	Sobremesa	Fruta da Época/ Sobremesa doce
Quinta-feira 13	Sopa/Opção Vegetariana	Sopa Juliana
	Prato Principal	Lasanha de atum + pepino
	Prato Vegetariano	Curgete recheada + massa + pepino
	Sobremesa	Fruta da Época
Sexta-feira 14	Sopa	Creme de abóbora
	Prato Principal	Bifes de frango estufados + massa + milho e cenoura
	Prato Vegetariano	Alho francês à Brás
	Sobremesa	Fruta da Época

Os pratos podem conter as seguintes substâncias, produtos e/ou derivados: cereais que contêm glúten, ovos, peixe e produtos à base de peixe, amendoins, soja e produtos à base de soja, leite, produtos à base de leite, frutos de casca rija, aipo, dióxido de enxofre e sulfitos, sésamo, mostarda, tremoços, crustáceos e moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas. Todos os pratos são acompanhados por pão de mistura e salada de legumes crus ou cozidos, composta por pelo menos 2 dos seguintes ingredientes: alface, cenoura, pepino, pimentos, repolho, tomate, abóbora, brócolos, curgete, couve-flor, feijão-verde, milho, entre outros. A bebida é água. A ementa por motivos alheios à Casa do Povo de Biscoitos pode sofrer alterações.

BOM APETITE!

Novembro 2025

EMENTA V

Dia	Refeição	Almoço
Segunda-feira 17	Sopa	Creme de couve de Bruxelas
	Prato Principal	Rissóis de carne + arroz de cenoura
	Prato Vegetariano	Curgete recheada + arroz de cenoura
	Sobremesa	Fruta da Época
Terça-feira 18	Sopa	Creme de cenoura
	Prato Principal	Filetes de peixe assado + batata cozida + jardineira
	Prato Vegetariano	Gratinado de legumes com broa e batata
	Sobremesa	Fruta da Época
Quarta-feira 19	Sopa/Opção Vegetariana	Caldo verde/Caldo verde vegetariano
	Prato Principal	Almôndegas + esparguete + feijão verde
	Prato Vegetariano	Bolonhesa de soja e cogumelos + feijão verde
	Sobremesa	Fruta de época/Sobremesa doce
Quinta-feira 20	Sopa	Creme de brócolos
	Prato Principal	Salada de atum com massa + tomate e pepino
	Prato Vegetariano	Rolo de lentilhas + tomate e pepino
	Sobremesa	Fruta da Época
Sexta-feira 21	Sopa	Sopa de tomate com massinha
	Prato Principal	Carne de vitela estufada com jardineira e batata + couve-flor
	Prato Vegetariano	Salada de massa com feijão vermelho, milho e cenoura
	Sobremesa	Fruta da Época

Os pratos podem conter as seguintes substâncias, produtos e/ou derivados: cereais que contêm glúten, ovos, peixe e produtos à base de peixe, amendoins, soja e produtos à base de soja, leite, produtos à base de leite, frutos de casca rija, aipo, dióxido de enxofre e sulfitos, sésamo, mostarda, tremoços, crustáceos e moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas. Todos os pratos são acompanhados por pão de mistura e salada de legumes crus ou cozidos, composta por pelo menos 2 dos seguintes ingredientes: alface, cenoura, pepino, pimentos, repolho, tomate, abóbora, brócolos, curgete, couve-flor, feijão-verde, milho, entre outros. A bebida é água. A ementa por motivos alheios à Casa do Povo de Biscoitos pode sofrer alterações.

Novembro 2025

EMENTA I

Dia	Refeição	Almoço
Segunda-feira 24	Sopa	Creme de cenoura
	Prato Principal	Pastéis de bacalhau + arroz de pimentos + couve de bruxelas
	Prato Vegetariano	Bolonhesa de soja e cogumelos + couve de bruxelas
	Sobremesa	Fruta da época
Terça-feira 25	Sopa	Creme de feijão
	Prato Principal	Carne de vaca moída + esparguete + tomate e pepino
	Prato Vegetariano	Beringela recheada com legumes + massa + tomate e pepino
	Sobremesa	Fruta da época
Quarta-feira 26	Sopa/ Opção Vegetariana	Canja de galinha/ Sopa de lentilha
	Prato Principal	Salada de atum com massa + brócolos
	Prato Vegetariano	Wrap recheado com húmus + brócolos
	Sobremesa	Fruta da época/Sobremesa doce
Quinta-feira 27	Sopa	Creme de abóbora
	Prato Principal	Pernas de frango no forno + puré de batata + cenoura baby
	Prato Vegetariano	Tortilha de legumes + cenoura baby
	Sobremesa	Fruta da época
Sexta-feira 28	Sopa	Sopa bonita
	Prato Principal	Ervilhas estufadas com enchidos e ovo
	Prato Vegetariano	Chili Vegetariano + couve flor
	Sobremesa	Fruta da época

Os pratos podem conter as seguintes substâncias, produtos e/ou derivados: cereais que contêm glúten, ovos, peixe e produtos à base de peixe, amendoins, soja e produtos à base de soja, leite, produtos à base de leite, frutos de casca rija, aipo, dióxido de enxofre e sulfitos, sésamo, mostarda, tremoços, crustáceos e moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Todos os pratos são acompanhados por pão de mistura e salada de legumes crus ou cozidos, composta por pelo menos 2 dos seguintes ingredientes: alface, cenoura, pepino, pimentos, repolho, tomate, abóbora, brócolos, curgete, couve-flor, feijão-verde, milho, entre outros. A bebida é água. A ementa por motivos alheios à Casa do Povo de Biscoitos pode sofrer alterações.

BOM APETITE!