

## CASA DO POVO DOS BISCOITOS

SEMANA 05 A 09 DE JANEIRO 2026

### EMENTA II

| Dia           | Refeição                | Almoço  |
|---------------|-------------------------|---|
| Segunda-feira | Sopa                    | Creme de abóbora  |
|               | Prato Principal         | Rissóis de frango + arroz de feijão + cenoura baby              |
|               | Prato Vegetariano       | Wrap recheado com humús + cenoura baby                          |
|               | Sobremesa               | Fruta da época  |
| Terça-feira   | Sopa                    | Creme de amêndoa  |
|               | Prato Principal         | Filetes no forno + batata cozida + feijão-verde                 |
|               | Prato Vegetariano       | Tortilha de legumes + feijão-verde                              |
|               | Sobremesa               | Fruta da época  |
| Quarta-feira  | Sopa/ Opção Vegetariana | Creme de cenoura  |
|               | Prato Principal         | Hambúrguer no forno + batata frita + brócolos                   |
|               | Prato Vegetariano       | Hambúrguer vegetariano + esparguete + brócolos                  |
|               | Sobremesa               | Fruta da época/Sobremesa doce                                   |
| Quinta-feira  | Sopa                    | Caldo verde   |
|               | Prato Principal         | Feijão branco no forno com enchidos + arroz + couve-de-bruxelas |
|               | Prato Vegetariano       | Lasanha de soja e espinafres + couve-de-bruxelas                |
|               | Sobremesa               | Fruta da época  |
| Sexta-feira   | Sopa                    | Creme de grão-de-bico   |
|               | Prato Principal         | Bifanas no forno + massa de pimentos e ovo                      |
|               | Prato Vegetariano       | Gratinado de legumes com broa + cenoura e milho                 |
|               | 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!**

## CASA DO POVO DOS BISCOITOS

SEMANA 12 A 16 DE JANEIRO 2026

### EMENTA III

| Dia           | Refeição          | Almoço  |
|---------------|-------------------|---|
| Segunda-feira | Sopa              | Creme de couve-flor   |
|               | Prato Principal   | Almôndegas + esparguete + feijão verde                                      |
|               | Prato Vegetariano | Beringela recheada + feijão verde   |
|               | Sobremesa         | Fruta da Época  |
| Terça-feira   | 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  | Sopa              | Creme de tomate   |
|               | Prato Principal   | Pernas de frango + arroz de pimentos + cenoura baby                         |
|               | Prato Vegetariano | Ervilhas estufadas com cenoura e batata                                     |
|               | Sobremesa         | Fruta da Época/Sobremesa doce   |
| Quinta-feira  | Sopa              | Canja de galinha/ Sopa de lentilha  |
|               | Prato Principal   | Filetes de peixe no forno com molho de marisco + batata cozida + couve-flor |
|               | Prato Vegetariano | Curgete recheada + arroz de pimentos + couve-flor                           |
|               | Sobremesa         | Fruta da Época  |
| Sexta-feira   | 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 inofensivos. 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!**

## CASA DO POVO DOS BISCOITOS

SEMANA 19 A 23 DE JANEIRO 2026

### EMENTA IV

| Dia           | Refeição               | Almoço  |
|---------------|------------------------|---|
| Segunda-feira | Sopa                   | Creme de alho francês                               |
|               | Prato Principal        | Feijoada + massa + enchidos                         |
|               | Prato Vegetariano      | Feijoada vegetariana + arroz branco + cenoura baby  |
|               | Sobremesa              | Fruta da Época                                      |
| Terça-feira   | Sopa                   | Creme de legumes                                    |
|               | Prato Principal        | Douradinhos + arroz de pimentos + cenoura baby      |
|               | Prato Vegetariano      | Tortilha de legumes                                 |
|               | Sobremesa              | Fruta da Época                                      |
| Quarta-feira  | 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  | Sopa/Opção Vegetariana | Sopa Juliana  |
|               | Prato Principal        | Massa com atum gratinada no forno + feijão-verde    |
|               | Prato Vegetariano      | Curgete recheada + massa + pepino                   |
|               | Sobremesa              | Fruta da Época                                      |
| Sexta-feira   | 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!**

## CASA DO POVO DOS BISCOITOS

SEMANA 26 A 30 DE JANEIRO 2026

### EMENTA V

| Dia           | Refeição               | Almoço  |
|---------------|------------------------|---|
| Segunda-feira | 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   | 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  | 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  | 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   | Sopa                   | Sopa de tomate com massinha                             |
|               | Prato Principal        | Strogonoff de frango + arroz de pimentos + cenoura baby |
|               | 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.

**BOM APETITE!**

## CASA DO POVO DOS BISCOITOS

SEMANA 02 A 06 DE FEVEREIRO 2026

### EMENTA I

| Dia           | Refeição                | Almoço   |
|---------------|-------------------------|--|
| Segunda-feira | Sopa                    | Creme de cenoura   |
|               | Prato Principal         | Douradinhos + arroz de pimentos + couve de bruxelas      |
|               | Prato Vegetariano       | Bolonhesa de soja e cogumelos + couve de bruxelas        |
|               | Sobremesa               | Fruta da época   |
| Terça-feira   | Sopa                    | Creme de feijão  |
|               | Prato Principal         | Pernas de frango + batata no forno + cenoura baby        |
|               | Prato Vegetariano       | Beringela recheada com legumes + massa + tomate e pepino |
|               | Sobremesa               | Fruta da época   |
| Quarta-feira  | Sopa/ Opção Vegetariana | Creme de abóbora   |
|               | Prato Principal         | Salada de atum com massa + brócolos                      |
|               | Prato Vegetariano       | Wrap recheado com húmus + brócolos                       |
|               | Sobremesa               | Fruta da época/Sobremesa doce                            |
| Quinta-feira  | Sopa                    | Sopa de pão  |
|               | Prato Principal         | Cozido à portuguesa                                      |
|               | Prato Vegetariano       | Tortilha de legumes + cenoura baby                       |
|               | Sobremesa               | Fruta da época   |
| Sexta-feira   | 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!**

## CASA DO POVO DOS BISCOITOS

SEMANA 09 A 13 DE FEVEREIRO 2026

### EMENTA II

| Dia           | Refeição                | Almoço  |
|---------------|-------------------------|---|
| Segunda-feira | Sopa                    | Creme de abóbora  |
|               | Prato Principal         | Rissóis de frango + arroz de feijão + cenoura baby              |
|               | Prato Vegetariano       | Wrap recheado com humús + cenoura baby                          |
|               | Sobremesa               | Fruta da época  |
| Terça-feira   | Sopa                    | Creme de amêndoa  |
|               | Prato Principal         | Filetes no forno + batata cozida + feijão-verde                 |
|               | Prato Vegetariano       | Tortilha de legumes + feijão-verde                              |
|               | Sobremesa               | Fruta da época  |
| Quarta-feira  | Sopa/ Opção Vegetariana | Creme de cenoura  |
|               | Prato Principal         | Hambúrguer no forno + batata frita + brócolos                   |
|               | Prato Vegetariano       | Hambúrguer vegetariano + esparguete + brócolos                  |
|               | Sobremesa               | Fruta da época/Sobremesa doce                                   |
| Quinta-feira  | Sopa                    | Caldo verde   |
|               | Prato Principal         | Feijão branco no forno com enchidos + arroz + couve-de-bruxelas |
|               | Prato Vegetariano       | Lasanha de soja e espinafres + couve-de-bruxelas                |
|               | Sobremesa               | Fruta da época  |
| Sexta-feira   | Sopa                    | Creme de grão-de-bico   |
|               | Prato Principal         | Bifanas no forno + massa de pimentos e ovo                      |
|               | Prato Vegetariano       | Gratinado de legumes com broa + cenoura e milho                 |
|               | 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!**

## CASA DO POVO DOS BISCOITOS

SEMANA 16 A 20 DE FEVEREIRO 2026

### EMENTA III

| Dia  | Refeição          | Almoço  |
|--|-------------------|---|
| Segunda-feira  | <b>CARNAVAL</b>   |   |
| Terça-feira  |                   |   |
| Quarta-feira   |                   |   |
| Quinta-feira   | Sopa              | Canja de galinha/ Sopa de lentilha  |
|  | Prato Principal   | Filetes de peixe no forno com molho de marisco + batata cozida + couve-flor |
|  | Prato Vegetariano | Curgete recheada + arroz de pimentos + couve-flor                           |
|  | Sobremesa         | Fruta da Época  |
| Sexta-feira  | 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!**

## CASA DO POVO DOS BISCOITOS

SEMANA 23 A 27 DE FEVEREIRO 2026

### EMENTA IV

| Dia           | Refeição               | Almoço  |
|---------------|------------------------|---|
| Segunda-feira | Sopa                   | Creme de alho francês                               |
|               | Prato Principal        | Feijoada + massa + enchidos                         |
|               | Prato Vegetariano      | Feijoada vegetariana + arroz branco + cenoura baby  |
|               | Sobremesa              | Fruta da Época                                      |
| Terça-feira   | Sopa                   | Creme de legumes                                    |
|               | Prato Principal        | Douradinhos + arroz de pimentos + cenoura baby      |
|               | Prato Vegetariano      | Tortilha de legumes                                 |
|               | Sobremesa              | Fruta da Época                                      |
| Quarta-feira  | 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  | Sopa/Opção Vegetariana | Sopa Juliana  |
|               | Prato Principal        | Massa com atum gratinada no forno + feijão-verde    |
|               | Prato Vegetariano      | Curgete recheada + massa + pepino                   |
|               | Sobremesa              | Fruta da Época                                      |
| Sexta-feira   | 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!**