Ementa escolar (Casebres) Novembro2026 Semana	2ª feira	3ªfeira	4ªfeira	5ªfeira	6ªfeira
02 a 06	**Sopa:** Hortaliça **Segundo:** Filetes de pescada no forno com esparguete **Fruta:**Fruta da época	**Sopa:** Espinafres **Segundo:** Jardineira de Galinha **Fruta:** Maçã	**Sopa:** **Segundo:** **Fruta:**	**Sopa**:Legumes **Segundo:** Lombo com arroz de cenoura **Fruta:**Banana	**Sopa:** Canja **Segundo:**Pescada com batatas no forno **Fruta:**Fruta da época
09 a 13	**Sopa:** **Segundo:**Hamburguer com esparguete **Fruta:**Banana	**Sopa:** Legumes **Segundo:** arroz de ervilhas com Douradinhos **Fruta:**Fruta da época	**Sopa:** **Segundo:** **Fruta:**	**Sopa:** Feijão-verde **Segundo:**Atum com batata cozida e brócolos **Fruta:**Fruta da época	**Sopa:** Hortaliça **Segundo:** Entrecosto com puré de batata e salada de alface **Fruta:**Fruta da época
16 a 20	**Sopa:**Espinafres **Segundo:**Batata cozida com pescada **Fruta:**Banana	**Sopa:** Juliana **Segundo:**arroz de frango corado no forno **Fruta:**Fruta da época	**Sopa:** **Segundo:** **Fruta:**	**Sopa:**Hortaliça **Segundo:** Feijoada de choco **Fruta:** Fruta da época	**Sopa:** Nabiça **Segundo:**Pernas de frango no forno com batata frita e salada **Fruta:** Pera
23 a 27	**Sopa:** Hortaliça **Segundo:** almôndegas com arroz de cenoura e salada de alface **Fruta:** Fruta da época	**Sopa:** Canja de galinha **Segundo:** Massa com atum **Fruta:** Fruta da época	**Sopa:** **Segundo:** **Fruta:**	**Sopa:** Feijão-verde **Segundo:** Lombo no forno com batatas fritas **Fruta:** Pera	**Sopa:**Hortaliça **Segundo:** Batata, brócolos, atum e ovo **Fruta:** Fruta da época

Ementa elaborada por: Nélia Repolho e Zelinda Barrela
Nota: Sujeita a alterações