



Centro Social Paroquial do Cacém

IPSS - Instituição Particular de Solidariedade Social

NIPC: 502 276 380



Maio de 2026

Dia 1 6ª	Feriado: Dia do Trabalhador	Dia 18 2ª	Sopa: Ervilhas Prato: Arroz Xau-Xau e salada de alface Sobremesa: Maça
Dia 4 2ª	Sopa: Legumes Prato: Massa com carne picada e alface Sobremesa: Maça	Dia 19 3ª	Sopa: Feijão encarnado Prato: Meia desfeita de bacalhau (bacalhau, grão, batata e cenoura.) Sobremesa: Laranja
Dia 5 3ª	Sopa: Couve flor Prato: Pescada cozida com batata e feijão verde Sobremesa: Laranja	Dia 20 4ª	Sopa: Nabiças Prato: Frango estufado com massa e legumes salteados Sobremesa: Fruta época
Dia 6 4ª	Sopa: Feijão encarnado Prato: Arroz á valenciana e salada de alface Sobremesa: Fruta época	Dia 21 5ª	Sopa: Legumes Prato: Chili de legumes Sobremesa: Pera
Dia 7 5ª	Sopa: Creme de cenoura Prato: Bolonhesa vegetariana Sobremesa: Pera	Dia 22 6ª	Sopa: Espinafres Prato: Medalhões de pescada no forno com batata cozida e salada de alface Sobremesa: Arroz doce
Dia 8 6ª	Sopa: Agrião Prato: Pudim de atum com salada de tomate Sobremesa: Leite creme	Dia 25 2ª	Sopa: Feijão-verde Prato: Peitos de frango com arroz de ervilhas Sobremesa: Maça
Dia 11 2ª	Sopa: Creme de Abobora Prato: Bifanas grelhadas com esparguete e salada de alface Sobremesa: Maça	Dia 26 3ª	Sopa: Alho francês Prato: Salada russa com atum Sobremesa: Laranja
Dia 12 3ª	Sopa: Espinafres Prato: Filetes com arroz de cenoura e salada de tomate Sobremesa: Laranja	Dia 27 4ª	Sopa: Canja Prato: Frango assado com batata frita e salada de alface Sobremesa: Fruta época
Dia 13 4ª	Sopa: Alface Prato: Carne á Sintra e salada de alface Sobremesa: Fruta época	Dia 28 5ª	Sopa: Feijão Prato: Esparguete com cogumelos, cenoura, curgete e ervilhas Sobremesa: Pera
Dia 14 5ª	Sopa: Juliana Prato: Tortilha de vegetais com arroz de cenoura Sobremesa: Pera	Dia 29 6ª	Sopa: Creme de cenoura Prato: Pasteis de bacalhau com arroz de tomate e salada de alface Sobremesa: Salada de fruta
Dia 15 6ª	Sopa: Creme de abobora Prato: Massada de peixe com salada de alface Sobremesa: Gelatina		

Lanche - Pré-Escolar

2ª Feira Leite Pão com manteiga	3ª Feira Leite Pão com fiambre	4ª Feira Iogurte Pão com doce	5ª Feira Leite Pão com queijo	6ª Feira Leite Pão com manteiga
---------------------------------------	--------------------------------------	-------------------------------------	-------------------------------------	---------------------------------------

Lanche - ATL

2ª Feira Leite Pão com manteiga	3ª Feira Fruta Pão com fiambre	4ª Feira Iogurte Pão com doce	5ª Feira Fruta Pão com queijo	6ª Feira Sumo Pão com manteiga
---------------------------------------	--------------------------------------	-------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------

Esta ementa poderá sofrer alterações!