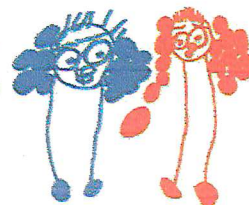


CERCIOEIRAS

ALMOÇO



Semana de 01 a 07 de Outubro 2018

2ª 01	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Creme de legumes Esparguete a bolonhesa Peixe-espada grelhado com batata e legumes Ovos mexidos com legumes e arroz branco Doce, fruta ou iogurte
3ª 02	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Agrião Pastéis de bacalhau com salada de feijão-frade Cozido simples Quiche de legumes com tofu Doce, fruta ou iogurte
4ª 03	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Alho Francês Lombo de porco estufado com arroz e puré de maça Perca grelhada com batata e legumes Folhados de queijo com arroz Doce, fruta ou iogurte
5ª 04	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Legumes Pescada frita com açorda de coentros Carne de vaca estufada simples com massa Empadão de legumes e soja Doce, fruta o iogurte
6ª 05	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Espinafres Frango frito com arroz branco Pescada cozida com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
SAB 06	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Juliana Bacalhau a Zé do pipo Bife de porco grelhado com espirais Doce, fruta ou iogurte
DOM 07	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Feijão-verde Grelhada mista com batata frita Rolo de pescada no forno com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte

list
Geliy
2018-9-26

A salada é servida à parte

Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto à nossa equipa.
Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante

CERCIOEIRAS

JANTAR

Semana de 01 a 07 de Outubro 2018



2ª 01	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Cenoura Arroz de Tamboril Bife de vaca grelhado com massa Doce, fruta ou iogurte
3ª 02	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Feijão-verde Jardineira de vitela Solha grelhada com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
4ª 03	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Creme cenoura Filetes panados no forno com macedónia Hambúrguer grelhado com arroz Doce, fruta ou iogurte
5ª 04	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Legumes Salsichas enrolhadas em lombardo com batata frita Filetes no forno com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
6ª 05	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Agrião Salada fria de atum (com jardineira de legumes) Bife de peru grelhado com talharim Doce, fruta ou iogurte
SAB 06	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Alho frances Croquetes com arroz de cenoura Carapau grelhado com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
DOM 07	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Espinafres Peixe assado no forno com puré Frango grelhado com massa Doce, fruta ou iogurte

visto
Felix
2018-9-26

A salada é servida à parte

Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto à nossa equipa.
Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante