

CERCIOEIRAS

ALMOÇO



Semana de 18 a 24 de Junho 2018

2ª 18	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Creme de legumes Empadão de carne Perca grelhada com batata e legumes Ovos mexidos com legumes e arroz Doce, fruta ou iogurte
3ª 19	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Agrião Fritada mista com açorda Frango corado simples com arroz Rissóis de espinafres e tofu com arroz Doce, fruta ou iogurte
4ª 20	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Cenoura Jardineira de vitela Pescada cozida com batata e legumes Lasanha de legumes e soja Doce, fruta ou iogurte
5ª 21	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Feijão com legumes Massada de peixe Cozido simples Tomate recheado com soja e legumes e arroz Doce, fruta o iogurte
6ª 22	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Espinafres Lombo de porco estufado com arroz e puré de maça Salmão grelhado com batata e legumes Ervilhas estufadas com tofu Doce, fruta ou iogurte
SAB 23	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Juliana Bacalhau com natas Bife de vaca grelhado com massa Doce, fruta ou iogurte
DOM 24	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Feijão-verde Febras grelhadas com arroz branco Maruca cozida com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte

visto
J. L. L. L.
2018-6-14

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 18 a 24 de Junho 2018

2ª 18	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Cenoura Salgados diversos com arroz de cenoura Bife de frango grelhado com massa Doce, fruta ou iogurte
3ª 19	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Feijão-verde Costeletas fritas com esparguete Filetes gratinados com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
4ª 20	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Creme cenoura Arroz de marisco Bife de peru grelhado com massa Doce, fruta ou iogurte
5ª 21	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Legumes Frango assado com batata frita Peixe-espada grelhado com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
6ª 22	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Agrião Almofadinhas de atum com macedónia Febras grelhadas com massa Doce, fruta ou iogurte
SAB 23	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Alho francês Arroz de aves Solha grelhada com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
DOM 24	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Espinafres Peixe assado com batata corada assada Roti de peru estufado simples com esparguete Doce, fruta ou iogurte

visto
Helis
2018-6-14

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