

# CERCIOEIRAS

## ALMOÇO



Semana de 23 a 29 de Julho 2018

2 <sup>a</sup> 23	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Creme de legumes Croquetes com arroz de cenoura Pescada cozida com batata e legumes Hambúrguer de tofu com arroz Doce, fruta ou iogurte
3 <sup>a</sup> 24	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Agrião Bacalhau a Brás Almondégas estufadas simples com massa Folhados de queijo com arroz Doce, fruta ou iogurte
4 <sup>a</sup> 25	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Cenoura Esparguete à bolonhesa Salmão grelhado com batata e legumes Jardineira de soja Doce, fruta ou iogurte
5 <sup>a</sup> 26	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Feijão com legumes Perca assada no forno com puré de batata Costeletas grelhadas com espirais Tortellili com molho de tomate Doce, fruta o iogurte
6 <sup>a</sup> 27	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Espinafres Rolo de carne com esparguete Rolo de pescada gratinado com batata e legumes Massa salteada com legumes e soja Doce, fruta ou iogurte
SAB 28	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Juliana Bacalhau cozido com todos Frango estufado simples com arroz branco Doce, fruta ou iogurte
DOM 29	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Feijão-verde Bifinhos com natas e cogumelos com arroz branco Maruca cozida com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte

Visto  
J. L. L.  
2018-7-11

**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 23 a 29 de Julho 2018

2ª 23	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Cenoura Massada de marisco Bife de frango grelhado com massa Doce, fruta ou iogurte
3ª 24	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Feijão-verde Frango assado com esparguete Red fish no forno com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
4ª 25	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Creme cenoura Salada de peixe com macedónia Carne de vaca estufada com massa Doce, fruta ou iogurte
5ª 26	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Legumes Salsichas frescas com lombardo e arroz branco Rolo de pescada gratinado com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
6ª 27	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Agrião Choco à Algarvia Costeletas grelhadas com arroz Doce, fruta ou iogurte
SAB 28	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Alho francês Lombo de porco assado com esparguete Pescada estufada simples com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
DOM 29	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Espinafres Salgados diversos com açorda Bife de vaca grelhado com espirais Doce, fruta ou iogurte

visto  
Felix  
2018-7-11

**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