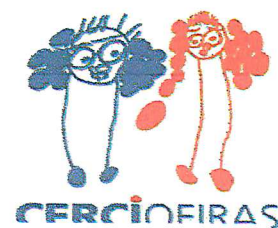


CERCIOEIRAS

JANTAR

Semana de 24 a 30 de Setembro 2018



2ª 24	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Cenoura Douradinhos com arroz de cenoura Bife de peru grelhado com massa Doce, fruta ou iogurte
3ª 25	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Feijão-verde Pa de porco estufada com espirais Salmão grelhado com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
4ª 26	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Creme cenoura Choco frito com açorda Costeletas grelhadas com arroz Doce, fruta ou iogurte
5ª 27	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Legumes Empadão de carne Rolo de pescada no forno com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
6ª 28	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Agrião Arroz de marisco Bife de frango grelhado com talharim Doce, fruta ou iogurte
SAB 29	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Alho frances Salgados diversos com macedónia Filetes gratinados com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
DOM 30	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Espinafres Caldeirada de peixe Hambúrguer grelhado com massa Doce, fruta ou iogurte

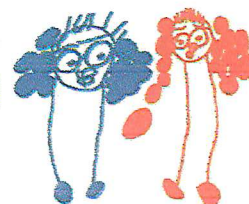
visto
Filix
2018-9-20

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

ALMOÇO



Semana de 24 a 30 de Setembro 2018

2 ^a 24	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Creme de legumes Rolo de carne com esparguete Pescada cozida com batata e legumes Rissóis de tofu com espinafres e arroz Doce, fruta ou iogurte
3 ^a 25	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Agrião Corvina assada com puré de batata Febras grelhadas com arroz branco Tortelloni com molho de tomate Doce, fruta ou iogurte
4 ^a 26	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Alho Francês Arroz a valenciana Solha grelhada com batata e legumes Piza de legumes e soja Doce, fruta ou iogurte
5 ^a 27	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Legumes Bacalhau com natas Perna de peru no forno com massa Massa salteada com tofu Doce, fruta o iogurte
6 ^a 28	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Espinafres Esparguete a bolonhesa Perca grelhada com batata e legumes Ovos mexidos com legumes e arroz Doce, fruta ou iogurte
SAB 29	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Juliana Bacalhau a Brás Bife de vaca grelhado com espirais Doce, fruta ou iogurte
DOM 30	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Feijão-verde Grelhada mista com batata frita Pescada cozida com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte

isto
é
2018-9-20

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