

# CERCIOEIRAS

## ALMOÇO



Semana de 02 a 08 de Julho 2018

2ª 02	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Creme de legumes Lombo de porco estufado com puré de batata Pescada cozida com batata e legumes Hambúrguer espinafres com tofu arroz Doce, fruta ou iogurte
3ª 03	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Agrião Meia desfeita de bacalhau Carne de vaca estufada com arroz Ovos mexidos com legumes e soja e arroz branco Doce, fruta ou iogurte
4ª 04	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Cenoura Lasanha de carne Perca grelhada com batata e legumes Massa salteada com tofu e legumes Doce, fruta ou iogurte
5ª 05	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Feijão com legumes Filetes dourados com salada russa Perna de peru estuada com arroz de cenoura Piza de legumes com soja Doce, fruta o iogurte
6ª 06	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Espinafres Frango assado com arroz de cenoura Carapaus grelhados com batata e legumes Folhados quatro queijos com arroz Doce, fruta ou iogurte
SAB 07	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Juliana Bacalhau a Zé do pipo Bife de vaca grelhado com massa Doce, fruta ou iogurte
DOM 08	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Feijão-verde Arroz de aves a antiga Maruca cozida com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte

visto  
Félix  
2018-06-26

**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 02 a 08 de Julho 2018

<b>2ª</b> <b>02</b>	<b>SOPA</b> <b>PRATO</b> <b>DIETA</b> <b>SOBREMESA</b>	Cenoura Bacalhau com natas Bife de frango grelhado com massa Doce, fruta ou iogurte
<b>3ª</b> <b>03</b>	<b>SOPA</b> <b>PRATO</b> <b>DIETA</b> <b>SOBREMESA</b>	Feijão-verde Empadão de carne Filetes gratinados com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
<b>4ª</b> <b>04</b>	<b>SOPA</b> <b>PRATO</b> <b>DIETA</b> <b>SOBREMESA</b>	Creme cenoura Arroz de tamboril com frutos do mar Bife de peru grelhado com massa Doce, fruta ou iogurte
<b>5ª</b> <b>05</b>	<b>SOPA</b> <b>PRATO</b> <b>DIETA</b> <b>SOBREMESA</b>	Legumes Rolo de carne com esparguete Perca grelhada com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
<b>6ª</b> <b>06</b>	<b>SOPA</b> <b>PRATO</b> <b>DIETA</b> <b>SOBREMESA</b>	Agrião Choco a algarvia Febras grelhadas com massa Doce, fruta ou iogurte
<b>SAB</b> <b>07</b>	<b>SOPA</b> <b>PRATO</b> <b>DIETA</b> <b>SOBREMESA</b>	Alho francês Grelhada mista com batata Pescada estufada simples com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
<b>DOM</b> <b>08</b>	<b>SOPA</b> <b>PRATO</b> <b>DIETA</b> <b>SOBREMESA</b>	Espinafres Atum com macedónia Bifinhos de frango grelhados com arroz Doce, fruta ou iogurte

Visto  
Félix  
2018-06-26

**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