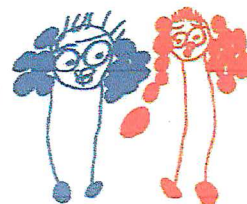


CERCIOEIRAS

ALMOÇO



Semana de 08 a 14 de Outubro 2018

2ª 08	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Creme de legumes Roti de peru com esparguete Pescada cozida com batata e legumes Empadão de legumes e soja Doce, fruta ou iogurte
3ª 09	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Agrião Bacalhau com natas Febras de porco grelhadas com arroz Rissóis de tofu com arroz Doce, fruta ou iogurte
4ª 10	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Alho Francês Frango de tomatada com arroz branco Salmão grelhado com batata e legumes Strogonoff de soja com arroz Doce, fruta ou iogurte
5ª 11	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Legumes Calamares com salada russa Peru estufado simples com massa Tomate recheado com arroz Doce, fruta o iogurte
6ª 12	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Espinafres Carne de porco frita com açorda Carapau grelhado com batata e legumes Tortilha de legumes e tofu Doce, fruta ou iogurte
SAB 13	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Juliana Bacalhau cozido com grão Bife de frango grelhado com espirais Doce, fruta ou iogurte
DOM 14	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Feijão-verde Bifinhos com cogumelos e arroz de cenoura Corvina no forno com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte

usi
Helix
2018-10-03

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 08	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Cenoura Douradinhos no forno com arroz de tomate Bife de porco grelhado com massa Doce, fruta ou iogurte
3ª 09	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Feijão-verde Lombo de porco estufado com espirais Solha grelhada com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
4ª 10	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Creme cenoura Peixe assado com puré de batata Costeletas grelhadas com talharim Doce, fruta ou iogurte
5ª 11	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Legumes Almondegas estufadas com arroz branco Peixe- espada forno com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
6ª 12	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Agrião Massada de peixe Bife de vaca grelhado com talharim Doce, fruta ou iogurte
SAB 13	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Alho frances Lasanha de carne Perca grelhada com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
DOM 14	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Espinafres Rissóis de camarão com jardineira de legumes Carne de vaca estufa com arroz Doce, fruta ou iogurte

visto
Felix
2018-10-3

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