

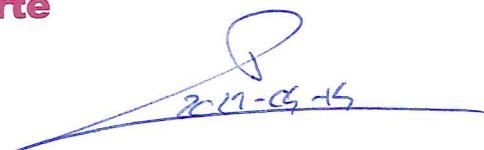


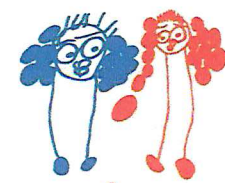
CERCIOEIRAS ALMOÇO

Semana de 19 a 25 de Abril

2ª 19	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Creme de Cenoura Croquetes com arroz de cenoura Pescada cozida com batata e legumes Tortilha de tofu e legumes Doce, fruta ou iogurte
3ª 20	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Brócolos Atum com salada de feijão frade Cozido simples Quiche de legumes Doce, fruta ou iogurte
4ª 21	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Abóbora com massinhas Carne de porco à portuguesa Peixe espada grelhado com batata e legumes Rissóis de tofu com espinafres e arroz Doce, fruta ou iogurte
5ª 22	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Feijão Verde Massada de tamboril Bife de frango grelhado com arroz Folhados de queijo de cabra com arroz Doce, fruta ou iogurte
6ª 23	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Espinafres Feijoada à trasmontana Perca grelhada com batata e legumes Bolonesa de soja Doce, fruta ou iogurte
SAB 24	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Juliana Bacalhau com natas Bife de porco grelhado com esparguete Doce, fruta ou iogurte
DOM 25	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Legumes Grelhada mista com arroz Maruca estufada com puré de batata Doce, fruta ou iogurte

A salada é servida à parte


2019-04-15



CERCIOEIRAS JANTAR

Semana de 19 a 25 de Abril

2^a 19	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Creme de Cenoura Bacalhau fresco no forno com puré misto Bife de peru grelhado com esparguete Doce, fruta ou iogurte
3^a 20	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Brócolos Jardineira de vitela Solha grelhada com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
4^a 21	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Abóbora com massinhas Lulas de tomatada com arroz branco Perna de peru estufada com massa Doce, fruta ou iogurte
5^a 22	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Feijão Verde Empadão de carne Pescada no forno com batata e legumes Doce, fruta o iogurte
6^a 23	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Espinafres Choco frito com açorda Frango assado com arroz de cenoura Doce, fruta ou iogurte
SAB 24	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Juliana Almondegas estufadas com massa Salmão grelhado com puré Doce, fruta ou iogurte
DOM 25	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Legumes Arroz de tentáculos Carne de vaca estufada com espirais Doce, fruta ou iogurte

A salada é servida à parte

Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto à nossa Equipa.
Não poderão ser excluídas contaminações cruzadas no restaurante.

2021-04-14