

2022-10-19



CERCIOEIRAS ALMOÇO

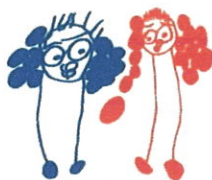
Semana de 24 a 30 de Outubro

| | | |
|-----------------------------|---|--|
| 2^a 24 | SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA | Creme de legumes Strogonoff de porco com arroz branco Pescada cozida com batata e legumes Crepes de legumes gratinados com arroz Doce, fruta ou iogurte |
| 3^a 25 | SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA | Agrião Meia desfeita de bacalhau Carne de vaca estufada com esparguete Quiche de legumes Doce, fruta ou iogurte |
| 4^a 26 | SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA | Cenoura Empadão de carne Salmão grelhado com batata e legumes Pimentos recheados com arroz Doce, fruta ou iogurte |
| 5^a 27 | SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA | Feijão com legumes Filetes de pescada panados com açorda Perna de peru assada com arroz de cenoura Hambúrguer de legumes com arroz Doce, fruta o iogurte |
| 6^a 28 | SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA | Espinafres Frango frito com molho de soja e arroz Peixe espada no forno com batata doce e legumes Caril de lentilhas com coco Doce, fruta ou iogurte |
| SAB 29 | SOPA PRATO DIETA SOBREMESA | Juliana Peixe à Brás Bife de frango grelhado com arroz Doce, fruta ou iogurte |
| DOM 30 | SOPA PRATO DIETA SOBREMESA | Feijão-verde Costeletas à salsicheiro com batata frita Pescada grelhada com batata doce e legumes Doce, fruta ou iogurte |

A salada é servida à parte

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

2022-10-19



CERCIOEIRAS JANTAR

Semana de 24 a 30 de Outubro

| | | |
|-----------------------------|---|---|
| 2^a 24 | SOPA PRATO DIETA SOBREMESA | Creme de legumes Lulas estufadas com batata cozida Escalopes de porco grelhados com massa Doce, fruta ou iogurte |
| 3^a 25 | SOPA PRATO DIETA SOBREMESA | Agrião Lombo de porco com puré de batata Solha grelhada com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte |
| 4^a 26 | SOPA PRATO DIETA SOBREMESA | Cenoura Tentáculos à lagareiro Bife de vaca grelhado com arroz Doce, fruta ou iogurte |
| 5^a 27 | SOPA PRATO DIETA SOBREMESA | Feijão com legumes Almondegas estufadas com esparguete Maruca cozida com batata e legumes Doce, fruta o iogurte |
| 6^a 28 | SOPA PRATO DIETA SOBREMESA | Espinafres Pescada no forno com delicias do mar e batata assada Febras grelhadas com espirais Doce, fruta ou iogurte |
| SAB 29 | SOPA PRATO DIETA SOBREMESA | Juliana Carne de vaca guisada com macarrão Filetes no forno batata e legumes Doce, fruta ou iogurte |
| DOM 30 | SOPA PRATO DIETA SOBREMESA | Feijão-verde Atum com salada de feijão frade Bife de peru grelhado com arroz Doce, fruta ou iogurte |

A salada é servida à parte