



CERCIOEIRAS ALMOÇO

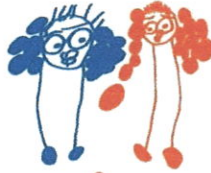
Semana de 14 a 20 de Novembro

2ª 14	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Canja Rolo de carne misto com arroz Peixe espada grelhado com batata e legumes Empadão de soja com legumes Doce, fruta ou iogurte
3ª 15	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Agrião Bacalhau à Lagareiro com batata cozido Febras grelhadas com arroz de cenoura Folhados de queijo com arroz Doce, fruta ou iogurte
4ª 16	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Cenoura Lombo de porco assado com esparguete salteado Pescada cozida com batata e legumes Tortilha com tofu e legumes Doce, fruta ou iogurte
5ª 17	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Feijão com legumes Pota frita com açorda Frango corado simples com espirais Legumes grelhados com grão Doce, fruta o iogurte
6ª 18	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Espinafres Escalopes de porco com natas e cogumelos e arroz branco Red- fish no forno com batata e legumes Massa gratinada com legumes e soja Doce, fruta ou iogurte
SAB 19	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Juliana Atum à Brás Bife de peru grelhado com esparguete Doce, fruta ou iogurte
DOM 20	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Feijão-verde Frango de caril com puré de batata Maruca no forno com batata 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.


2022-11-16



CERCIOEIRAS JANTAR

Semana de 14 a 20 de Novembro

2^a 14	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Creme de legumes Calamares com salada russa Escalopes de frango grelhados com massa Doce, fruta ou iogurte
3^a 15	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Agrião Jardineira de vitela Pescada no forno com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
4^a 16	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Cenoura Arroz de peixe Roti de peru com arroz Doce, fruta ou iogurte
5^a 17	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Feijão com legumes Carne de vaca guisada com macarrão Salmão grelhado com batata e legumes Doce, fruta o iogurte
6^a 18	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Espinafres Bacalhau com natas Costeletas grelhadas com arroz branco Doce, fruta ou iogurte
SAB 19	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Juliana Empadão de carne e legumes salteados Solha grelhada com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
DOM 20	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Feijão-verde Salgados diversos com arroz de tomate Carne de vaca estufada simples com esparguete Doce, fruta ou iogurte

A salada é servida à parte