



ALMOÇO

EMENTA

LEGENDA PARA MARCAÇÃO			
P – Prato	D – Dieta	O – Opção	
N – Dieta Normal		CP – Controlo de Peso	DR – Dieta Restritiva

Semana de 24 a 30 de junho de 2024

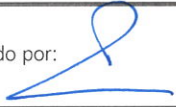
DIA	PEQUENO-ALMOÇO	ALMOÇO		
2ª-Feira DIA 24	N	Pão c/ manteiga	SOPA	Espinafres
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Chili de carne
	N/CP	Papa de aveia	DIETA	Perca grelhada com batatas e legumes
	DR	Papa de aveia (leite de soja/maçã coz.) / Nestum arroz	OPÇÃO	Strogonoff de soja
3ª-Feira DIA 25	N	Pão c/ fiambre	SOPA	Legumes
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Choco frito com açorda de tomate
	N	Nestum c/ mel	DIETA	Frango assado simples com arroz
	CP	All-Bran		
DR	Papa Maizena (leite de soja) / Nestum arroz	OPÇÃO	Folhados de queijo de cabra com arroz	
4ª-Feira DIA 26	N	Pão c/ queijo	SOPA	Lombardo
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Isclas à portuguesa com batata cozida
	N/CP	Corn Flakes	DIETA	Pescada cozida com batata e legumes
	DR	Papa de aveia (leite de soja/maçã coz.) / Nestum arroz	OPÇÃO	Lasanha de legumes
5ª-Feira DIA 27	N	Pão c/ doce	SOPA	Feijão com legumes
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Paloco à Brás
	N	Estrelitas	DIETA	Costeletas grelhadas com esparguete
	CP	Papa de aveia		
DR	Papa Maizena (leite de soja) / Nestum arroz	OPÇÃO	Salada fria de grão com legumes e ovo cozido	
6ª-Feira DIA 28	N	Pão c/ manteiga	SOPA	Alho francês
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Arroz de aves
	N	Nestum c/ mel	DIETA	Salmão grelhado com batata e legumes
	CP	All-Bran		
DR	Papa de aveia (leite de soja/maçã coz.) / Nestum arroz	OPÇÃO	Bifinho de seitan de cebolada com arroz	
Sábado DIA 29	N	Pão c/ fiambre	SOPA	Juliana
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Calamares com salada russa
	N/CP	Corn Flakes	DIETA	Escalopes de frango grelhados com arroz de cenoura
	DR	Papa Maizena (leite de soja) / Nestum arroz	OPÇÃO	
Domingo DIA 30	N	Pão c/ queijo	SOPA	Creme de legumes
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Peru assado com batata assada
	N	Chocapic	DIETA	Abrótea cozida com batata e legumes
	CP	Papa de aveia		
DR	Papa de aveia (leite de soja/maçã coz.) / Nestum arroz	OPÇÃO		

A salada é servida à parte. A refeição inclui pão.

A sobremesa é doce, fruta ou iogurte.

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

Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações.

Validado por:	
Data:	2024/6/19



JANTAR

EMENTA

LEGENDA PARA MARCAÇÃO

P – Prato | D – Dieta | O – Opção

N – Dieta Normal | CP – Controlo de Peso | DR – Dieta Restritiva

Semana de 24 a 30 de junho de 2024

DIA	JANTAR	
2ª-Feira	SOPA	Espinafres
	PRATO	Pescada à Zé do Pipo
DIA 24	DIETA	Escalopes de porco grelhados com espirais
	OPÇÃO	
3ª-Feira	SOPA	Legumes
	PRATO	Grelhada mista com batata frita
DIA 25	DIETA	Salmão grelhado com batata e legumes
	OPÇÃO	
4ª-Feira	SOPA	Lombardo
	PRATO	Filetes dourados com salada de feijão-frade
DIA 26	DIETA	Febras grelhadas com arroz
	OPÇÃO	
5ª-Feira	SOPA	Feijão com legumes
	PRATO	Carne de porco assada com puré de batata
DIA 27	DIETA	Solha no forno com batata e legumes
	OPÇÃO	
6ª-Feira	SOPA	Alho francês
	PRATO	Empadão de atum com arroz
DIA 28	DIETA	Hambúrguer grelhado com talharim
	OPÇÃO	
Sábado	SOPA	Juliana
	PRATO	Esparguete à bolonhesa
DIA 29	DIETA	Pescada assada simples com batata e legumes
	OPÇÃO	
Domingo	SOPA	Creme de legumes
	PRATO	Salada de peixe
DIA 30	DIETA	Escalopes de vaca simples de tomatada com esparguete
	OPÇÃO	

A salada é servida à parte. A refeição inclui pão.

A sobremesa é doce, fruta ou iogurte.

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

Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações.

Validado por:

Data:

2024/6/19