



ALMOÇO

EMENTA

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

Semana de 10 a 16 de junho de 2024

DIA		PEQUENO-ALMOÇO	ALMOÇO	
2ª-Feira	N	Pão c/ manteiga	SOPA	Espinafres
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Atum à Brás
DIA 10	N/CP	Papa de aveia	DIETA	Peru estufado simples com arroz
	DR	Papa de aveia (leite de soja/maçã coz.) / Nestum arroz	OPÇÃO	
3ª-Feira	N	Pão c/ fiambre	SOPA	Legumes
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Roti de peru assado com arroz de cenoura
DIA 11	N	Nestum c/ mel	DIETA	Perca grelhada com batata e legumes
	CP	All-Bran		
	DR	Papa Maizena (leite de soja)/ Nestum arroz	OPÇÃO	Massa gratinada com legumes
4ª-Feira	N	Pão c/ queijo	SOPA	Lombardo
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Marmotinha (filetes) com açorda de coentros
DIA 12	N/CP	Corn Flakes	DIETA	Frango assado simples com esparguete
	DR	Papa de aveia (leite de soja/maçã coz.) / Nestum arroz	OPÇÃO	Salada de feijão-frade com legumes e ovo cozido
5ª-Feira	N	Pão c/ doce	SOPA	Feijão com legumes
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Carne de porco à portuguesa
DIA 13	N	Estrelitas	DIETA	Pescada assada simples com puré de batata
	CP	Papa de aveia		
	DR	Papa Maizena (leite de soja)/ Nestum arroz	OPÇÃO	Folhados de queijo de cabra com arroz
6ª-Feira	N	Pão c/ manteiga	SOPA	Alho francês
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Empadão de bacalhau com espinafres
DIA 14	N	Nestum c/ mel	DIETA	Almondegas estufadas com talharim
	CP	All-Bran		
	DR	Papa de aveia (leite de soja/maçã coz.) / Nestum arroz	OPÇÃO	Ovos mexidos com legumes
Sábado	N	Pão c/ fiambre	SOPA	Juliana
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Bifinhos de porco com natas e cogumelos com batata frita
DIA 15	N/CP	Corn Flakes	DIETA	Abrótea cozida com batata e legumes
	DR	Papa Maizena (leite de soja)/ Nestum arroz	OPÇÃO	
Domingo	N	Pão c/ queijo	SOPA	Creme de legumes
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Pescada frita com arroz de tomate
DIA 16	N	Chocapic	DIETA	Escalopes de frango com espirais
	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:	6/6/2024



JANTAR

EMENTA

LEGENDA PARA MARCAÇÃO

P – Prato | D – Dieta | O – Opção

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

Semana de 10 a 16 de junho de 2024

DIA	JANTAR	
2ª-Feira DIA 10	SOPA	Espinafres
	PRATO	Frango de tomatada com esparguete
	DIETA	Solha grelhada com batata e legumes
	OPÇÃO	
3ª-Feira DIA 11	SOPA	Legumes
	PRATO	Massada de peixe
	DIETA	Carne de vaca estufada simples com puré misto
	OPÇÃO	
4ª-Feira DIA 12	SOPA	Lombardo
	PRATO	Arroz à Valenciana
	DIETA	Salmão grelhado com batata e legumes
	OPÇÃO	
5ª-Feira DIA 13	SOPA	Feijão com legumes
	PRATO	Paloco à Brás
	DIETA	Jardineira de frango
	OPÇÃO	
6ª-Feira DIA 14	SOPA	Alho francês
	PRATO	Panados de frango no forno com espirais
	DIETA	Perca grelhada com batata e legumes
	OPÇÃO	
Sábado DIA 15	SOPA	Juliana
	PRATO	Salgados diversos com macedónia
	DIETA	Febras grelhadas com arroz branco
	OPÇÃO	
Domingo DIA 16	SOPA	Creme de legumes
	PRATO	Carne de porco assada com batata corada
	DIETA	Carapau (filetes) grelhado com batata e legumes
	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:

6/6/2024