



ALMOÇO

EMENTA

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

Semana de 16 a 22 de setembro de 2024


DIA	PEQUENO ALMOÇO	ALMOÇO
2ª-Feira	N Pão c/ manteiga	SOPA Creme de cenoura
	N Leite (c/ chocolate)	PRATO Feijoada à transmontana
DIA 16	N/CP Papa de aveia	DIETA Perca grelhada com batata e legumes
	DR Papa de aveia (leite de soja/maçã coz.)	OPÇÃO Jardineira de soja
3ª-Feira	N Pão c/ fiambre	SOPA Lombardo
	N Leite (c/ chocolate)	PRATO Empadão de bacalhau com espinafres
DIA 17	N Nestum c/ mel	DIETA Febras grelhadas com arroz
	CP All-Bran	
DR	Papa Maizena (leite de soja)	OPÇÃO Tirinhas de seitan com arroz
4ª-Feira	N Pão c/ queijo	SOPA Canja
	N Leite (c/ chocolate)	PRATO Frango de caril com arroz branco
DIA 18	N/CP Corn Flakes	DIETA Salmão grelhado com batata e legumes
	DR Papa de aveia (leite de soja/maçã coz.)	OPÇÃO Lasanha de legumes e soja
5ª-Feira	N Pão c/ doce	SOPA Espinafres
	N Leite (c/ chocolate)	PRATO Pota frita com açorda
DIA 19	N Estrelitas	DIETA Costeletas grelhadas com arroz de cenoura
	CP Papa de aveia	
DR	Papa Maizena (leite de soja)	OPÇÃO Tofu à Brás
6ª-Feira	N Pão c/ manteiga	SOPA Legumes
	N Leite (c/ chocolate)	PRATO Esparguete à bolonhesa
DIA 20	N Nestum c/ mel	DIETA Pescada cozida com batata e legumes
	CP All-Bran	
DR	Papa de aveia (leite de soja/maçã coz.)	OPÇÃO Quiche de legumes
Sábado	N Pão c/ fiambre	SOPA Alho francês
	N Leite (c/ chocolate)	PRATO Calamares com salada russa
DIA 21	N/CP Corn Flakes	DIETA Escalopes de vaca grelhados com massa
	DR Papa Maizena (leite de soja)	OPÇÃO
Domingo	N Pão c/ queijo	SOPA Juliana
	N Leite (c/ chocolate)	PRATO Panados de frango com esparguete
DIA 22	N Chocapic	DIETA Abrótea cozida com batata e legumes
	CP Papa de aveia	
DR	Papa de aveia (leite de soja/maçã coz.)	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: 2024/09/12



JANTAR

EMENTA

LEGENDA PARA MARCAÇÃO

P – Prato | D – Dieta | O – Opção

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

Semana de 16 a 22 de setembro de 2024


DIA		JANTAR	
2ª-Feira DIA 16	SOPA	Creme de cenoura	
	PRATO	Pescada frita com arroz de tomate	
	DIETA	Escalopes de frango grelhados com esparguete	
	OPÇÃO		
3ª-Feira DIA 17	SOPA	Lombardo	
	PRATO	Almôndegas estufadas com arroz alegre	
	DIETA	Pescada assada simples com puré de batata	
	OPÇÃO		
4ª-Feira DIA 18	SOPA	Canja	
	PRATO	Atum à Brás	
	DIETA	Carne de vaca estufada simples com massa	
	OPÇÃO		
5ª-Feira DIA 19	SOPA	Espinafres	
	PRATO	Rolo de carne no forno com batata assada	
	DIETA	Solha grelhada com batata e legumes	
	OPÇÃO		
6ª-Feira DIA 20	SOPA	Legumes	
	PRATO	Salgados diversos com macedónia	
	DIETA	Filetes no forno com batata e legumes	
	OPÇÃO		
Sábado DIA 21	SOPA	Alho francês	
	PRATO	Bifinhos de porco com natas e cogumelos, com arroz	
	DIETA	Perca grelhada com batata e legumes	
	OPÇÃO		
Domingo DIA 22	SOPA	Juliana	
	PRATO	Bacalhau com natas	
	DIETA	Escalopes de porco grelhados com espirais	
	OPÇÃO		

A salada é servida à parte. A refeição inclui pão e legumes cozidos.

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:	2024/09/12