



# ALMOÇO

## EMENTA

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

Semana de 09 a 15 de setembro de 2024

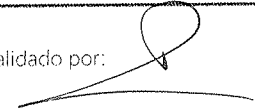
| DIA      |    | PEQUENO-ALMOÇO                          |       | ALMOÇO  |
|----------|----|---|-------|---|
| 2ª-Feira | N  | Pão c/ manteiga                         | SOPA  | Creme de cenoura                              |
|          | N  | Leite (c/ chocolate)                    | PRATO | Arroz à valenciana                            |
| DIA 09   | CP | Papa de aveia                           | DIETA | Pescada estufada com puré de batata e legumes |
|          | DR | Papa de aveia (leite de soja/maçã coz.) | OPÇÃO | Massa gratinada com legumes e soja            |
| 3ª-Feira | N  | Pão c/ fiambre                          | SOPA  | Feijão-verde                                  |
|          | N  | Leite (c/ chocolate)                    | PRATO | Atum com salada de feijão-frade               |
| DIA 10   | CP | Nestum c/ mel / All-Bran                | DIETA | Frango corado simples com esparguete          |
|          | DR | Papa Maizena (leite de soja)            | OPÇÃO | Soja à portuguesa                             |
| 4ª-Feira | N  | Pão c/ queijo                           | SOPA  | Lombardo                                      |
|          | N  | Leite (c/ chocolate)                    | PRATO | Strogonoff de porco com arroz branco          |
| DIA 11   | CP | Corn Flakes                             | DIETA | Perca grelhada com batatas e legumes          |
|          | DR | Papa de aveia (leite de soja/maçã coz.) | OPÇÃO | Jardineira de soja                            |
| 5ª-Feira | N  | Pão c/ doce                             | SOPA  | Espinafres                                    |
|          | N  | Leite (c/ chocolate)                    | PRATO | Douradinhos com açorda de coentros            |
| DIA 12   | CP | Estrelitas / Papa de aveia              | DIETA | Febras de porco grelhadas com arroz           |
|          | DR | Papa Maizena (leite de soja)            | OPÇÃO | Quiche de legumes                             |
| 6ª-Feira | N  | Pão c/ manteiga                         | SOPA  | Feijão com legumes                            |
|          | N  | Leite (c/ chocolate)                    | PRATO | Frango de caril com puré de batata            |
| DIA 13   | CP | Nestum c/ mel / All-Bran                | DIETA | Pescada cozida com batata e legumes           |
|          | DR | Papa de aveia (leite de soja/maçã coz.) | OPÇÃO | Pizza de legumes                              |
| Sábado   | N  | Pão c/ fiambre                          | SOPA  | Juliana                                       |
|          | N  | Leite (c/ chocolate)                    | PRATO | Bacalhau à Brás                               |
| DIA 14   | CP | Corn Flakes                             | DIETA | Hambúrguer grelhado com espirais              |
|          | DR | Papa Maizena (leite de soja)            | OPÇÃO |   |
| Domingo  | N  | Pão c/ queijo                           | SOPA  | Creme de legumes                              |
|          | N  | Leite (c/ chocolate)                    | PRATO | Rolo de carne misto com esparguete            |
| DIA 15   | CP | Chocapic / Papa de aveia                | DIETA | Solha grelhada com batata e legumes           |
|          | 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: 2024/9/15



# JANTAR

## EMENTA

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

Semana de 09 a 15 de setembro de 2024


| DIA                | JANTAR |   |
|--------------------|--------|---|
| 2ª-Feira<br>DIA 09 | SOPA   | Creme de cenoura                            |
|                    | PRATO  | Cação estufado com puré de batata           |
|                    | DIETA  | Escalopes de vaca grelhados com talharim    |
|                    | OPÇÃO  |   |
| 3ª-Feira<br>DIA 10 | SOPA   | Feijão-verde                                |
|                    | PRATO  | Carne de porco assada com batata pala-pala  |
|                    | DIETA  | Pescada grelhada com batata e legumes       |
|                    | OPÇÃO  |   |
| 4ª-Feira<br>DIA 11 | SOPA   | Lombardo                                    |
|                    | PRATO  | Empadão de peixe com espinafres             |
|                    | DIETA  | Bife de porco grelhado com arroz            |
|                    | OPÇÃO  |   |
| 5ª-Feira<br>DIA 12 | SOPA   | Espinafres                                  |
|                    | PRATO  | Jardineira de vitela                        |
|                    | DIETA  | Bacalhau cozido com batata e legumes        |
|                    | OPÇÃO  |   |
| 6ª-Feira<br>DIA 13 | SOPA   | Feijão com legumes                          |
|                    | PRATO  | Massada de peixe com coentros               |
|                    | DIETA  | Bife de frango grelhado com arroz e legumes |
|                    | OPÇÃO  |   |
| Sábado<br>DIA 14   | SOPA   | Juliana                                     |
|                    | PRATO  | Esparguete à bolonhesa                      |
|                    | DIETA  | Maruca cozida com batata e legumes          |
|                    | OPÇÃO  |   |
| Domingo<br>DIA 15  | SOPA   | Creme de legumes                            |
|                    | PRATO  | Pescada frita com arroz de tomate           |
|                    | DIETA  | Almondegas estufadas com massa              |
|                    | 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: 2024/09/15