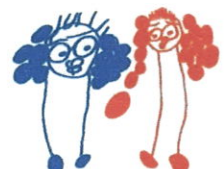


2023-3-1



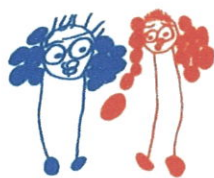
CERCIOEIRAS ALMOÇO

Semana de 06 a 12 de Março 2023

2^a 06	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Feijão verde Almôndegas de tomatada com esparguete Pescada grelhada com arroz e legumes Strogonoff de seitan Doce, fruta ou iogurte
3^a 07	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Grão com espinafres Red-fish à Provençal com salsa e ovo ralado e batata corada Costeletas grelhadas com arroz branco e cenoura Massa gratinada com legumes e cogumelos Doce, fruta ou iogurte
4^a 08	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Couve lombardo Escalopes de porco à café com batata frita Solha grelhada com batata e legumes Pataniscas de legumes com arroz Doce, fruta ou iogurte
5^a 09	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Couve e feijão frade Bacalhau lascado com broa ,espinafres e batata as rodelas Peru assado ao natural com massa Feijoada de soja Doce, fruta o iogurte
6^a 10	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Crème de cenoura Frango assado à Bairrada com batata pala-pala Abrótea cozida com batata e legumes Estufado de feijão com legumes e arroz Doce, fruta ou iogurte
SAB 11	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Feijão verde Lasanha de atum com cenoura Febras de porco grelhadas com arroz Doce, fruta ou iogurte
DOM 12	SOPA PRATO DIETA	legumes Frango frito com açorda de coentros Salmão grelhado batata e legumes

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

2023-3-1



CERCIOEIRAS JANTAR

Semana de 06 a 12 de Março 2023

2^a 06	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Feijão verde Peixe à Brás Bife de frango grelhado com esparguete Doce, fruta ou iogurte
3^a 28	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Grão com espinafres Massa à lavrador com lombardo Bacalhau fresco no forno com limão batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
4^a 01	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Couve lombardo Pasteis de bacalhau com salada de feijão frade Rolo de carne com esparguete Doce, fruta ou iogurte
5^a 02	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Couve e feijão frade Carne de porco à portuguesa Filetes gratinados com batata e legumes Doce, fruta o iogurte
6^a 03	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Crème de cenoura Lulas guisadas com arroz branco Frango grelhado com espirais Doce, fruta ou iogurte
SAB 04	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Feijão verde Carne de porco assada com molho de cogumelos e puré Perca grelhada com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
DOM 05	SOPA PRATO DIETA SOBREMESA	Legumes Bacalhau com natas Febras grelhadas com arroz 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.