



CERCIOEIRAS ALMOÇO

Semana de 08 a 14 de Agosto

2ª 08	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Legumes Espetadas de peru com arroz e Espargado Medalhões de Pescada com cebolada Doce, fruta ou iogurte
3ª 09	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Brócolos Filetes de peixe dourados c/ arroz de lombardo Frango corado com esparguete Doce, fruta ou iogurte
4ª 10	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Primavera Lombo de porco assado c/ molho agridoce Pescada cozida com batata e legumes Doce, fruta ou iogurte
5ª 11	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Juliana Bacalhau à lagareiro Empadão de carne Doce, fruta o iogurte
6ª 12	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Crema de abóbora Bifinhos de frango com molho de natas e cogumelos Legumes à brás Doce, fruta ou iogurte
SAB 13	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Ervilhas Pastéis de bacalhau com arroz de legumes Hambúrguer grelhado com puré Doce, fruta ou iogurte
DOM 14	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Espinafres Paloco à brás Febras estufadas com arroz de ervilhas Doce, fruta ou iogurte

A salada é servida à parte



CERCIOEIRAS JANTAR

Semana de 08 a 14 de Agosto

2^a 08	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Legumes Pescada Frita com açorda Frango cozido c/ hortelã Doce, fruta ou iogurte
3^a 09	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Brócolos Arroz à valenciana Filetes gratinados com batata e cenoura Doce, fruta ou iogurte
4^a 10	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Caldo Verde Salada Russa de Peixe c/ ovo Perna de frango grelhada com massa Doce, fruta ou iogurte
5^a 11	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Juliana Arroz de carnes no forno c/ chouriço Red-fish cozido c/ batata e legumes Doce, fruta o iogurte
6^a 12	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Creme de Abóbora Lombinhos de salmão c/ puré misto Febras grelhadas c/ arroz de brócolos Doce, fruta ou iogurte
SAB 13	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Ervilhas Almôndegas de tomatada c/ massa Abrótea assada c/ batata cozida Doce, fruta ou iogurte
DOM 14	SOPA PRATO DIETA OPÇÃO SOBREMESA	Espinafres Tentáculos à lagareiro c/ batatinha a murro Escalopes de vaca c/ arroz de manteiga 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.