



# ALMOÇO

## EMENTA

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

Semana de 08 a 14 de julho de 2024

DIA	PEQUENO-ALMOÇO	ALMOÇO
2ª-Feira DIA 08	N Pão c/ manteiga	SOPA Espinafres
	N Leite (c/ chocolate)	PRATO Carne de porco frita com açorda
	N/CP Papa de aveia	DIETA Perca grelhada com batata e legumes
	DR Papa de aveia (leite de soja/maçã coz.) / Nestum arroz	OPÇÃO Rissóis vegetarianos com arroz
3ª-Feira DIA 09	N Pão c/ fiambre	SOPA Legumes
	N Leite (c/ chocolate)	PRATO Pastéis de bacalhau com arroz de tomate
	N Nestum c/ mel	DIETA Frango assado simples com esparguete
	CP All-Bran	
DR Papa Maizena (leite de soja) / Nestum arroz	OPÇÃO Quiche de legumes	
4ª-Feira DIA 10	N Pão c/ queijo	SOPA Lombardo
	N Leite (c/ chocolate)	PRATO Costeletas à salsicheiro com batata frita
	N/CP Corn Flakes	DIETA Pescada cozida com batata e legumes
	DR Papa de aveia (leite de soja/maçã coz.) / Nestum arroz	OPÇÃO Salada fria de feijão-frade e legumes
5ª-Feira DIA 11	N Pão c/ doce	SOPA Feijão com legumes
	N Leite (c/ chocolate)	PRATO Feijoada de pota
	N Estrelitas	DIETA Febras grelhadas com arroz
	CP Papa de aveia	
DR Papa Maizena (leite de soja) / Nestum arroz	OPÇÃO Feijoada de soja	
6ª-Feira DIA 12	N Pão c/ manteiga	SOPA Legumes
	N Leite (c/ chocolate)	PRATO Rolo de carne misto com puré de batata
	N Nestum c/ mel	DIETA Solha grelhada com batata e legumes
	CP All-Bran	
DR Papa de aveia (leite de soja/maçã coz.) / Nestum arroz	OPÇÃO Lasanha de legumes	
Sábado DIA 13	N Pão c/ fiambre	SOPA Juliana
	N Leite (c/ chocolate)	PRATO Arroz de peixe
	N/CP Corn Flakes	DIETA Escalopes de vaca grelhados com talharim
	DR Papa Maizena (leite de soja) / Nestum arroz	OPÇÃO
Domingo DIA 14	N Pão c/ queijo	SOPA Creme de legumes
	N Leite (c/ chocolate)	PRATO Frango frito à passarinho com puré misto
	N Chocapic	DIETA Salmão grelhado com batata e legumes
	CP Papa de aveia	OPÇÃO
DR Papa de aveia (leite de soja/maçã coz.) / Nestum arroz		


Dia da Pizza (ação RH) - Se se inscreveu, não marque almoço para 4ª feira, sff

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: 2024/07/14



# JANTAR

## EMENTA

LEGENDA PARA MARCAÇÃO

P – Prato | D – Dieta | O – Opção

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

Semana de 08 a 14 de julho de 2024

DIA	JANTAR	
2ª-Feira DIA 08	SOPA	Espinafres
	PRATO	Douradinhos no forno com arroz alegre
	DIETA	Costeletas grelhadas com arroz
	OPÇÃO	
3ª-Feira DIA 09	SOPA	Legumes
	PRATO	Arroz à Valenciana
	DIETA	Abrótea no forno com batata e legumes
	OPÇÃO	
4ª-Feira DIA 10	SOPA	Lombardo
	PRATO	Perca assada no forno com batatas
	DIETA	Escalopes de frango grelhados com espirais
	OPÇÃO	
5ª-Feira DIA 11	SOPA	Feijão com legumes
	PRATO	Carne de vaca estufada com arroz branco
	DIETA	Pescada assada simples com batata e legumes
	OPÇÃO	
6ª-Feira DIA 12	SOPA	Legumes
	PRATO	Empadão de bacalhau com espinafres
	DIETA	Hambúguer grelhado com arroz de cenoura
	OPÇÃO	
Sábado DIA 13	SOPA	Juliana
	PRATO	Bifinhos de porco em molho de natas e cogumelos, com arroz
	DIETA	Carapau (filetes) com batata e legumes
	OPÇÃO	
Domingo DIA 14	SOPA	Creme de legumes
	PRATO	Filetes dourados com salada russa
	DIETA	Escalopes de porco grelhados com talharim
	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: 20/7/24