

LEGENDA PARA MARCAÇÃO

P – Prato | D – Dieta | O – Opção

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

**Semana de 24 de Fevereiro a 02 de Março de 2025**

DIA	PEQUENO-ALMOÇO		ALMOÇO	
2ª-Feira	N	Pão c/ manteiga	SOPA	Creme de cenoura
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Feijoadá à trasmontana
DIA 24	CP	Papas de aveia	DIETA	Pescada cozida com batata e legumes
	DR	Papas de aveia (leite de soja/macã cozida)	OPÇÃO	Feijão com rojões de soja
3ª-Feira	N	Pão c/ fiambre	SOPA	Feijão verde
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Bacalhau com natas
DIA 25	CP	Nestum c/ mel / All-Bran	DIETA	Frango corado simples com arroz de cenoura
	DR	Papa Maizena (Leite de soja)	OPÇÃO	Ovos verdes de legumes
4ª-Feira	N	Pão c/ queijo	SOPA	Lombardo
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Rolo de carne com esparguete salteado
DIA 26	CP	Corn flakes	DIETA	Corvina no Forno com batata e legumes
	DR	Papas de aveia (leite de soja/macã cozida)	OPÇÃO	Folhados de queijo com arroz branco
5ª-Feira	N	Pão c/ doce	SOPA	Espinafres
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Calamares no forno com arroz alegre
DIA 27	CP	Estrelitas / Papas de aveia	DIETA	Cozido simples
	DR	Papa Maizena (Leite de soja)	OPÇÃO	bolonhesa de lentilhas
6ª-Feira	N	Pão c/ manteiga	SOPA	Feijão com legumes
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Empadão de carne com puré de batata
DIA 28	CP	Nestum c/ mel / All-Bran	DIETA	Solha grelhada com batata e legumes
	DR	Papas de aveia (leite de soja/macã cozida)	OPÇÃO	cuscuç com legumes
Sábado	N	Pão c/ fiambre	SOPA	Canja
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Arroz de tentacúlos
DIA 01	CP	Corn flakes	DIETA	Carne de vaca estufada com massa
	DR	Papa Maizena (Leite de soja)	OPÇÃO	
Domingo	N	Pão c/ queijo	SOPA	Creme de legumes
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Massa carbonara
DIA 02	CP	Chocapic / Papas de aveia	DIETA	Filetes gratinados com arroz de espinafres
	DR	Papas de aveia (leite de soja/macã cozida)	OPÇÃO	

**A salada é servida à parte e a refeição inclui 1 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:

  
2025/2/19

LEGENDA PARA MARCAÇÃO

P – Prato | D – Dieta | O – Opção

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

Semana de 24 de Fevereiro a 02 de Março de 2025


DIA	JANTAR	
2ª-Feira DIA 24	SOPA	Creme de cenoura
	PRATO	Massada de atum
	DIETA	Almondegas estufadas com arroz branco
	OPÇÃO	
3ª-Feira DIA 25	SOPA	Feijão verde
	PRATO	Jardineira de carnes
	DIETA	Perca grelhada com batata e legumes
	OPÇÃO	
4ª-Feira DIA 26	SOPA	Lombardo
	PRATO	Fritada mista com arroz de tomate
	DIETA	Costeletas grelhadas com batata ao murro
	OPÇÃO	
5ª-Feira DIA 27	SOPA	Espinafres
	PRATO	Jardineira de vitela
	DIETA	Salmão grelhado com batata e legumes
	OPÇÃO	
6ª-Feira DIA 28	SOPA	Feijão com legumes
	PRATO	Corvina grelhada com batata cozida e legumes
	DIETA	Costeletas grelhadas com arroz de cenoura
	OPÇÃO	
Sábado DIA 01	SOPA	Canja
	PRATO	Escalopes de porco com natas e cogumelos e batata frita
	DIETA	Salmão grelhado com batata e legumes
	OPÇÃO	
Domingo DIA 02	SOPA	Creme de legumes
	PRATO	Peixe à Bras
	DIETA	Carne de vaca estufada simples com talharim
	OPÇÃO	

**A salada é servida à parte e a refeição inclui 1 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:	2025/2/29