



ALMOÇO

EMENTA

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

Semana de 22 a 28 de julho de 2024


DIA		PEQUENO-ALMOÇO	ALMOÇO	
2ª-Feira	N	Pão c/ manteiga	SOPA	Espinafres
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Carne de porco assada com arroz de cenoura
DIA 22	N/CP	Papa de aveia	DIETA	Salmão grelhado com batata e legumes
	DR	Papa de aveia (leite de soja/maçã coz.) / Nestum arroz	OPÇÃO	Crepes de legumes
3ª-Feira	N	Pão c/ fiambre	SOPA	Legumes
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Meia desfeita de bacalhau
DIA 23	N	Nestum c/ mel	DIETA	Costeletas grelhadas com arroz branco
	CP	All-Bran		
	DR	Papa Maizena (leite de soja) / Nestum arroz	OPÇÃO	Ovo mexido com legumes e arroz
4ª-Feira	N	Pão c/ queijo	SOPA	Lombardo
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Frango de tomatada com puré de batata
DIA 24	N/CP	Corn Flakes	DIETA	Perca grelhada com batata e legumes
	DR	Papa de aveia (leite de soja/maçã coz.) / Nestum arroz	OPÇÃO	Croquetes de grão com mostarda e legumes grelhados
5ª-Feira	N	Pão c/ doce	SOPA	Feijão com legumes
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Arroz de tentáculos
DIA 25	N	Estrelitas	DIETA	Escalopes de porco grelhados com esparguete
	CP	Papa de aveia		
	DR	Papa Maizena (leite de soja) / Nestum arroz	OPÇÃO	Massa pevide com legumes e seitan
6ª-Feira	N	Pão c/ manteiga	SOPA	Legumes
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Salsichas frescas com lombardo e batata frita
DIA 26	N	Nestum c/ mel	DIETA	Pescada cozida com batata e legumes
	CP	All-Bran		
	DR	Papa de aveia (leite de soja/maçã coz.) / Nestum arroz	OPÇÃO	Folhados de queijo com arroz
Sábado	N	Pão c/ fiambre	SOPA	Juliana
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Pescada frita com açorda
DIA 27	N/CP	Corn Flakes	DIETA	Roti assado simples com espirais
	DR	Papa Maizena (leite de soja) / Nestum arroz	OPÇÃO	
Domingo	N	Pão c/ queijo	SOPA	Creme de legumes
	N	Leite (c/ chocolate)	PRATO	Strogonoff de porco com arroz branco
DIA 28	N	Chocapic	DIETA	Solha grelhada com batata e legumes
	CP	Papa de aveia		
	DR	Papa de aveia (leite de soja/maçã coz.) / Nestum arroz	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:	2024/7/17



JANTAR

EMENTA

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

Semana de 22 a 28 de julho de 2024

DIA	JANTAR	
2ª-Feira DIA 22	SOPA	Espinafres
	PRATO	Rissóis de camarão com salada russ
	DIETA	Escalopes de frango grelhados com massa
	OPÇÃO	
3ª-Feira DIA 23	SOPA	Legumes
	PRATO	Jardineira de vitela
	DIETA	Abrótea cozida com batata e legumes
	OPÇÃO	
4ª-Feira DIA 24	SOPA	Lombardo
	PRATO	Estufado de Choco com cenoura e ervilhas, com arroz
	DIETA	Peru assado simples com talharim
	OPÇÃO	
5ª-Feira DIA 25	SOPA	Feijão com legumes
	PRATO	Empadão de carne
	DIETA	Perca no forno com batata e legumes
	OPÇÃO	
6ª-Feira DIA 26	SOPA	Legumes
	PRATO	Atum à Brás
	DIETA	Hambúrguer grelhado com batata salteada e legumes
	OPÇÃO	
Sábado DIA 27	SOPA	Juliana
	PRATO	Panados de frango no forno com esparguete
	DIETA	Tintureira estufada com batata e legumes
	OPÇÃO	
Domingo DIA 28	SOPA	Creme de legumes
	PRATO	Pataniscas de bacalhau com salada de feijão-frade
	DIETA	Febras grelhadas com massa
	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: 2024/7/17