

LEGENDA PARA MARCAÇÃO

P – Prato | D – Dieta | O – Opção

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

Semana de 24 a 30 de Março de 2025

| DIA | | PEQUENO-ALMOÇO | | ALMOÇO |
|----------|----|--|-------|--|
| 2ª-Feira | N | Pão c/ manteiga | SOPA | Creme de cenoura |
| | N | Leite (c/ chocolate) | PRATO | Strogonoff de porco com arroz branco |
| 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 | cuscut com legumes |
| Sábado | N | Pão c/ fiambre | SOPA | Canja |
| | N | Leite (c/ chocolate) | PRATO | Arroz de tentáculos |
| DIA 29 | 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 | Quiche de frango e legumes |
| DIA 30 | 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:

2025-3-14

LEGENDA PARA MARCAÇÃO

P – Prato | D – Dieta | O – Opção

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

Semana de 24 a 30 de Março de 2025

| DIA | JANTAR | |
|------------------------|--------|---|
| 2ª-Feira DIA 24 | SOPA | Creme de cenoura |
| | PRATO | Filetes de bacalhau à Zé do pipo |
| | 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 | Douradinhos no forno 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 | Febras grelhadas com arroz de cenoura |
| | OPÇÃO | |
| Sábado DIA 29 | SOPA | Canja |
| | PRATO | Escalopes de porco com natas e cogumelos e batata frita |
| | DIETA | Maruca cozida com batata e legumes |
| | OPÇÃO | |
| Domingo DIA 30 | SOPA | Creme de legumes |
| | PRATO | Atum com salada russa e ovo |
| | DIETA | Hambúguer misto grelhado com esparguete |
| | 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: | 2025/3/19 |