

EMENTA SEMANAL

2ª feira, 15 de Abril

- Sopa: Sopa de feijão com hortaliça
Prato: Perna de peru no forno, batatas salteadas
Dieta: Carne sem molho e arroz branco
Salada: Salada de alface e cenoura ralada
Sobremesa: Fruta



3ª feira, 16 de Abril

- Sopa: Creme de cenoura
Prato: Filetes de pescada panados, arroz de cenoura
Dieta: Pescada cozida com batata, cenoura e feijão-verde
Salada: Salada de alface, tomate e milho
Sobremesa: Leite-creme



4ª feira, 17 de Abril

- Sopa: Sopa de alho francês
Prato: Febras grelhadas, batata cozida e molho de manteiga
Dieta: febras grelhadas, batata cozida sem molho
Salada: Salada de alface, pepino e beterraba ralada
Sobremesa: Fruta

5ª feira, 18 de Abril

- Sopa: Sopa de agrião
Prato: Arroz de pato
Dieta: Perú assado com arroz branco
Salada: Salada de alface, cenoura ralada e pimentos
Sobremesa: Fruta

6ª feira, 19 de Abril

- Sopa: Sopa de feijão-verde
Prato: Salada de fusili com atum e legumes
Dieta: Feijão-frade com atum
Salada: Salada de alface rúcula e tomate
Sobremesa: Fruta

