

EMENTA SEMANAL

2ª feira, 14 de Setembro

Sopa: Creme de legumes
Prato: Esparguete à bolonhesa
Salada: Salada mista
Dieta: Hamburguer grelhado
Sobremesa: Fruta



3ª feira, 15 de Setembro

Sopa: Sopa de grão com espinafres
Prato: Salada de fusilis com atum e legumes
Salada: Salada mista
Dieta: Robalinhos grelhados
Sobremesa: Gelatina

4ª feira, 16 de Setembro

Sopa: Sopa de agrião
Prato: Febras grelhadas com batata cozida e molho de manteiga, legumes
Salada: Salada mista
Dieta: Febras grelhadas
Sobremesa: Fruta



5ª feira, 17 de Setembro

Sopa: Caldo-verde
Prato: Frango assado com batatas fritas
Salada: Salada mista
Dieta: Frango assado com arroz branco
Sobremesa: Fruta

6ª feira, 18 de Setembro

Sopa: Creme de cenoura
Prato: Filetes panados com arroz de cenoura
Salada: Salada mista
Dieta: Pescada cozida com batata e cenoura
Sobremesa: Fruta

