

EMENTA SEMANAL

2ª feira, 26 de Janeiro

Sopa: Creme de legumes
Prato: Frango à Brás
Salada: Salada mista
Dieta: Frango cozido com cenoura
Sobremesa: Fruta



3ª feira, 27 de Janeiro

Sopa: Sopa de grão com espinafres
Prato: Lasanha de atum e legumes
Salada: Salada mista
Dieta: Red-fish no forno
Sobremesa: Fruta

4ª feira, 28 de Janeiro

Sopa: Sopa Juliana
Prato: Bitoque com ovo e batatas fritas
Salada: Salada mista
Dieta: Febras grelhadas com arroz branco
Sobremesa: Fruta



5ª feira, 29 de Janeiro

Sopa: Sopa de lentilhas
Prato: Rolo de carne com esparguete
Salada: Salada mista
Dieta: Rolo de carne simples
Sobremesa: Fruta



6ª feira, 30 de Janeiro

Sopa: Sopa de agrião
Prato: Filetes de salmão com crosta de broa, legumes salteados
Salada: Salada mista
Dieta: Pescada cozida com batata e cenoura
Sobremesa: Mousse de chocolate

Todos os dias: pão, salada mista com três ingredientes e fruta da época