

EMENTA SEMANAL

2ª feira, 31 de Março

- Sopa: Canja
- Prato: Febras grelhadas com batata cozida e molho de manteiga
- Salada: Salada de alface e cenoura ralada
- Sobremesa: Fruta

3ª feira, 1 de Abril

- Sopa: Creme de espinafres
- Prato: Empadão de arroz com atum e ovo mexido
- Dieta: Robalinhos grelhados
- Salada: Salada de alface, tomate e milho
- Sobremesa: Gelatina



4ª feira, 2 de Abril



- Sopa: Sopa Juliana
- Prato: Perninhas de frango no forno com molho de soja, cenoura e alho-francês
- Dieta: Perninhas de frango com arroz branco
- Salada: Salada de alface, rúcula e beterraba ralada
- Sobremesa: Fruta



5ª feira, 3 de Abril

- Sopa: Sopa de nabijas
- Prato: Rolo de carne com esparguete e legumes salteados
- Dieta: Bifinhos de frango com esparguete
- Salada: Salada de alface, cenoura ralada e pimentos
- Sobremesa: Fruta

6ª feira, 4 de Abril

- Sopa: Sopa de feijão-verde
- Prato: Rissóis de peixe com arroz de legumes
- Dieta: Pescada cozida com hortaliça
- Salada: Salada alface, tomate e pepino
- Sobremesa: Fruta

