

EMENTA SEMANAL

3ª feira, 6 de Janeiro

Sopa: Creme de cenoura
Prato: Medalhões de pescada no forno com molho de cenoura
Salada: Salada mista
Dieta: Pescada cozida com batata e cenoura
Sobremesa: Fruta

4ª feira, 7 de Janeiro

Sopa: Sopa juliana
Prato: Almôndegas com esparguete
Salada: Salada mista
Dieta: Bifes de peru grelhados
Sobremesa: Fruta

5ª feira, 8 de Janeiro

Sopa: Sopa de alho -francês
Prato: Frango assado com batatas fritas
Salada: Salada mista
Dieta: Frango assado simples com arroz branco
Sobremesa: Fruta

6ª feira, 9 de Janeiro

Sopa: Sopa de feijão-verde
Prato: Bacalhau à Gomes de Sá
Salada: Salada mista
Dieta: Pescada cozido com hortaliça
Sobremesa: Leite creme

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

