

EMENTA SEMANAL

2ª feira, 26 de Maio

Sopa: Creme de espinafres
Prato: Croquetes com arroz
Dieta: Bife de frango grelhado
Salada: Salada de alface e cenoura ralada
Sobremesa: Fruta



3ª feira, 27 de Maio

Sopa: Sopa de alho-francês
Prato: Massada de peixe
Dieta: Maruca no forno
Salada: Salada de alface, tomate e pepino
Sobremesa: Pudim Flan

4ª feira, 28 de Maio

Sopa: Canja
Prato: Arroz de frango e legumes
Dieta: Frango cozido com cenoura
Salada: Salada de alface, cenoura ralada e pimentos
Sobremesa: Fruta



5ª feira, 29 de Maio

Sopa: Sopa de nabijas
Prato: Bacalhau com natas
Dieta: Bacalhau cozido com hortaliça
Salada: Salada de alface, rúcula e couve roxa
Sobremesa: Fruta

6ª feira, 30 de Maio

Sopa: Sopa de feijão-verde
Prato: Strogonoff de peru com esparguete
Dieta: Bife de peru grelhado
Salada: Alface, cenoura e milho
Sobremesa: Fruta

