COLÉGIO DO BOM SUCESSO

EMENTA DA SEMANA

Nº 7

De 11 A 15 dezembro

Sujeito a alterações sem aviso prévio.

- **NOTA:** Todos os pedidos de dieta diária devem ser efetuados até às 9h30 do próprio dia: lilianaferreira@cbomsucesso.pt

Esta semana serão servidos mix de legumes:

- Chucrute com cenoura ralada
- Bimis c/cogumelos e cenoura

LACTOSE
OVOS
GLÚTEN
SOJA
PEIXE
CRUSTÁCEOS
MOLUSCO
SULFITOS

Nutricionista: Cátia Azevedo da Costa

SEG

SOPA: CREME DE ALFACE

MENU 1: ARROZ À NORTENHA: carne, feijão manteiga, couve, cenoura e chouriço

MENU 2: ESCALOPES DE FRANGO C/ARROZ BRANCO E BRÓCULOS

SALADA: ALFACE/TOMATE/MILHO

FRUTA: Maçã

TER

SOPA: PURÉ DE FEIJÃO

MENU 1: PERNA DE PERU NO FORNO C/ESPARGUETE

MENU 2: CARNE DE VACA COZIDA COM ARROZ E COUVE-FLOR

SALADA: ALFACE/TOMATE/BETERRABA

FRUTA: Pera

QUA

SOPA: CALDO VERDE

MENU 1: SALADA DE PESCADA C/MACEDÓNIA

MENU VEGETARIANO: CARIL DE GRÃO

SALADA: ALFACE/TOMATE

FRUTA: Banana

QUI

SOPA: CREME DE CENOURA

MENU 1: FRANGO NO FORNO C/ ARROZ DE ERVILHAS

MENU 2: FRANGO COZIDO C/ARROZ E ERVILHA

SALADA: ALFACE/TOMATE/PEPINO

FRUTA: Laranja

SEX

SOPA: CREME DE ABÓBORA

MENU 1: BACALHAU/PESCADA À GOMES DE SÁ

MENU 2: ROBALO GRELHADO C/BATATA COZIDA E GRELOS

SALADA: ALFACE/TOMATE/PIMENTO

FRUTA: FRUTA VARIADA