COLÉGIO DO BOM SUCESSO
DOMINICAN COLLEGE

EMENTA DA SEMANA

Nº9

03 A 05 DE JANEIRO

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:

- cogumelos com couve coração e cenoura
- caril de grão

LACTOSE
OVOS
GLÚTEN
SOJA
PEIXE
CRUSTÁCEOS
MOLUSCO
SULFITOS

Nutricionista: Cátia Azevedo da Costa

SEG

FÉRIAS

TER

FÉRIAS

QUA

SOPA: CREME DE CENOURA

MENU 1: SALADA DE PESCADA C/OVO E MACEDÓNIA

MENU 2: SALADA DE FEIJÃO FRADE COM OVO, CEBOLA E COENTROS

SALADA: ALFACE/TOMATE/PEPINO

FRUTA: MAÇÃ

QUI

SOPA: CREME DE ALHO FRANCÊS

MENU 1: HAMBÚRGUER DE VACA C/ ESPARGUETE E CENOURA COZIDA

MENU 2: HAMBÚRGUER DE VACA GRELHADO C/ARROZ E CENOURA

SALADA: ALFACE/TOMATE/RÚCULA

FRUTA: PÊRA

SEX

SOPA: SOPA DE ESPINAFRES

MENU 1: ARROZ DE ATUM COM COUVE-FLOR

MENU 2: PEIXE ESPADA GRELHADO C/ BATATA COZIDA E COUVE-FLOR

SALADA: ALFACE/TOMATE/CEBOLA

FRUTA: FRUTA VARIADA