



# EMENTA DA SEMANA

Nº 1

DE 11 A 15 DE NOVEMBRO

Sujeito a alterações sem aviso prévio.

**NOTA:** Pedimos que todos os pedidos de dieta diária sejam efetuados até às 9h30 do próprio dia para [lilianaferreira@cbomsucesso.pt](mailto:lilianaferreira@cbomsucesso.pt)

Esta semana serão servidos mix de legumes:

- Couve-flor gratinada com amêndoa
- Feijão Frade, pepino, cebola e pimentos



LACTOSE



OVOS



GLÚTEN



SOJA



PEIXE



CRUSTÁCEOS



MOLUSCO



SULFITOS

## SEG



SOPA: ABÓBORA

1º PRATO: ESPARGUETE À BOLONHESA NO FORNO (vaca)

2º PRATO: BIFE DE PERU GRELHADO C/ARROZ E BRÓCULOS

SALADA: ALFACE/TOMATE/CEBOLA

FRUTA: MACÃ

## TER



SOPA: ESPINAFRES

1º PRATO: PERNINHAS DE FRANGO ESTUFADAS C/ CENOURA, CURGETE E PURÉ



2º PRATO: CARNE DE VACA ESTUFADA C/ ARROZ BRANCO E COUVE-FLORES

SALADA: ALFACE/TOMATE/PEPINO

FRUTA: PÊRA

## QUA



SOPA: JULIANA

1º PRATO: PESCADA C/OVO BATATA E LEGUMES

MENU VEGETARIANO: CARIL DE GRÃO

SALADA: ALFACE/TOMATE/CENOURA RALADA

FRUTA: BANANA

## QUI



SOPA: CALDO VERDE

1º PRATO: BIFANAS ESTUFADAS C/ARROZ DE CENOURA

2º PRATO: FRANGO COZIDO C/ ARROZ E ERVILHAS

SALADA: ALFACE/TOMATE/RÚCULA

FRUTA: LARANJA

## SEX



SOPA: FEIJÃO

1º PRATO: MASSADA DE SALMÃO C/ BIMIS



2º PRATO: PESCADA COZIDA C/ BATATA E CENOURA

SALADA: ALFACE/TOMATE/MLHO

FRUTA: VARIADA