



EMENTA DA SEMANA

Nº 11

DE 3 A 7 DE FEVEREIRO

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:

- Salada de cuscuz c/tomate cherry, pimentos, coentros e queijo feta
- Couve coração cenoura e cogumelos

 LACTOSE

 OVOS

 GLÚTEN

 SOJA

 PEIXE

 CRUSTÁCEOS

 MOLUSCO

 SULFITOS

SEG



SOPA: CREME DE ALFACE

MENU 1: CARNE VACA GUISADA COM MASSA COTEVELINHO

MENU 2: BIFE DE PERU GRELHADO C/ARROZ E ERVILHAS

SALADA: ALFACE/TOMATE/MILHO

FRUTA: MAÇÃ

TER



SOPA: JULIANA

MENU 1: BIFANAS COM ESPARGUETE INTEGRAL

MENU 2: CARNE DE VACA COZIDA C/ ARROZ E BROCOLOS

SALADA: ALFACE/TOMATE/CENOURA RALADA

FRUTA: PÊRA

QUA



SOPA: ESPINAFRES

MENU 1: ATUM À BRÁS



MENU 2: MARUCA COZIDA C/ BATATA, GRELOS



MENU 3: ERVILHAS C/OVOS ESCALFADOS

SALADA: ALFACE/TOMATE/BETERRABA

FRUTA: LARANJA

QUI



SOPA: CANJA

MENU 1: STROGONOFF DE PERU C ARROZ

MENU 2: BIFES DE FRANGO GRELHADO C/ARROZ E FEIJÃO VERDE

SALADA: ALFACE/TOMATE/RÚCULA

FRUTA: BANANA

SEX

SOPA: CREME ABÓBORA

MENU 1: FISH PIE

MENU 2: DOURADA COM LEGUMES

SALADA: ALFACE/TOMATE/RÚCULA

FRUTA: FRUTA VARIADA