COLÉGIO DO BOM SUCESSO
DOMINICAN COLLEGE

EMENTA DA SEMANA

Nº 9

De 14 A 18 JULHO

Sujeito a alterações sem aviso prévio.

NOTAS: Todos os pedidos de dieta diária devem ser efetuados até às 15h30 do dia anterior: lilianaferreira@cbomsucesso.pt

Esta semana serão servidos mix de legumes:

- Feijão com couve.
- Bimis com cogumelos e cenoura;

LACTOSE	PEIXE
OVOS	CRUSTÁCEOS
GLÚTEN	MOLUSCO
SOJA	SULFITOS

Nutricionista: Cátia Azevedo da Costa

SEG

SOPA: CANJA

MENU 1: ALMÔNDEGAS DE VACA C/PURÉ

MENU 2: BIFE DE FRANGO C/ARROZ E COUVE-FLÔR

SALADA: ALFACE/TOMATE/PEPINO

FRUTA: MAÇÃ

TER

SOPA: SOPA JULIANA

MENU PIQUENIQUE: croquetes c/ batata frita

MENU 1: STROGNOFF DE PORCO C/ARROZ

MENU 2: CARNE VACA COZIDA C/ARROZ BRANCO E BROCULOS

SALADA: ALFACE/TOMATE/RÚCULA

FRUTA: CLEMENTINA

QUA

MENU 1: SALADA DE ATUM C/ OVO E MACEDÓNIA

MENU 2: PIZZA

MENU VEGETARIANO: CARIL DE GRÃO COM ARROZ BRANCO

SALADA: ALFACE/TOMATE/MILHO

FRUTA: BANANA

QUI

SOPA: SOPA DE ALHO FRANCÊS

MENU PIQUENIQUE: Hambúrguer no pão c/ batata frita

MENU 1: HAMBURGUER c/ ESPARGUETE INTEGRAL

MENU 2: BIFE DE PERU GRELHADO C/ARROZ E FEIJÃO VERDE

SALADA: ALFACE, TOMATE E BETERRABA

FRUTA: PÊRA

SEX

SOPA: PURÉ DE ESPINAFRES

MENU 1: BACALHAU À BRÁS

MENU 2: PESCADA COZIDA C/ BATATA COZIDA E CENOURA

SALADA: ALFACE/TOMATE/CEBOLA

FRUTA: VARIADA