



EMENTA DA SEMANA

Nº 10

DE 3 A 7 NOVEMBRO

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 os seguintes mix de legumes:

- Feijão manteiga com couve e cenoura;
- Salada de feijão frade



LACTOSE



OVOS



GLÚTEN



SOJA



PEIXE



CRUSTÁCEOS



MOLUSCO



SULFITOS

SEG

SOPA: CREME DE CENOURA



MENU 1: EMPADÃO DE ARROZ E CARNE



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

SALADA: ALFACE/TOMATE/CEBOLA

FRUTA: PÊRA

TER



SOPA: CREME DE LEGUMES C/ COENTROS

MENU 1: FRANGO GUIADO C/ESPARGUETE



MENU 2: VACA GUIZADA C/ARROZ BRANCO E CENOURA

SALADA: ALFACE/TOMATE/PEPINO

FRUTA: MAÇÃ

QUA

SOPA: AGRIÃO



MENU 1: ARROZ DE ATUM COM CENOURA



MENU 2: LOMBO DE SALMÃO C/BATATA E GRELOS

SALADA: ALFACE/TOMATE/RÚCULA

FRUTA: BANANA

QUI

SOPA: FEIJÃO VERDE

MENU 1: JARDINEIRA DE PORCO

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

SALADA: ALFACE/TOMATE/CENOURA
RALADA

FRUTA: DIOSPIRO DE ROER

SEX



SOPA: CALDO VERDE

MENU 1: ARROZ DE PEIXE



MENU 2: DOURDA C/ BATATA E BROCOLIOS

SALADA: ALFACE/TOMATE/BETERRABA

FRUTA: FRUTA VARIADA