



EMENTA DA SEMANA

Nº 2

DE 02 A 05 DE DEZEMBRO

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

Esta semana serão servidos mix de legumes:

- Couve coração c/ cenoura e maionese;



LACTOSE



OVOS



GLÚTEN



SOJA



PEIXE



CRUSTÁCEOS



MOLUSCO



SULFITOS

Nutricionista: Cátia Azevedo da Costa

SEG

FERIADO

TER

SOPA: CREME DE CENOURA



MENU 1: EMPADÃO DE CARNE E ARROZ

MENU 2: ESCALOPES DE PERU GRELHADOS C/
ARROZ E ERVILHAS

SALADA: ALFACE/TOMATE/BETERRABA

FRUTA: MAÇÃ

QUA

SOPA: CREME DE ABÓBORA



MENU 1: SALADA DE ATUM C/ LEGUMES



MENU 2: ROBALO NO FORNO C/ BATATA E
FEIJÃO VERDE

SALADA: ALFACE/TOMATE/MILHO

FRUTA: PÊRA

QUI

SOPA: CREME DE ALHO FRANCÊS

MENU 1: BIFANAS ESTUFADAS C/
ESPARGUETE

MENU 2: BIFE DE FRANGO C/ ARROZ E
CENOURA

SALADA: ALFACE/TOMATE/CEBOLA

FRUTA: CLEMENTINA

SEX

SOPA: JULIANA



MENU 1: ARROZ DE PEIXE



MENU 2: SALMÃO GRELHADO C/ LEGUMES

MENU 3: MASSA C/ TOMATE, PEPINO E
QUEIJO FETA

SALADA: ALFACE/TOMATE/PEPINO

FRUTA: VARIADA