



EMENTA DA SEMANA

Nº 6

De 06 A 10 DE OUTUBRO

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:

- Couve coração c/cogumelos e cenoura
- Quinoa c/ tomate, pepino e pimento



LACTOSE



OVOS



GLÚTEN



SOJA



PEIXE



CRUSTÁCEOS



MOLUSCO



SULFITOS

SEG

SOPA: CREME DE ALFACE



MENU 1: CHILI DE VACA C/ARROZ

MENU 2: ESCALOPES DE FRANGO C/ARROZ BRANCO E BRÓCULOS

SALADA: ALFACE/TOMATE/MILHO

FRUTA: PÊRA

TER



SOPA: PURÉ DE FEIJÃO

MENU 1: PERNA DE PERU NO FORNO C/ESPARGUETE INTEGRAL

MENU 2: CARNE DE VACA COZIDA COM ARROZ E COUVE-FLOR

SALADA: ALFACE/TOMATE/BETERRABA

FRUTA: MAÇÃ

QUA



SOPA: SOPA DE ESPINAFRES

MENU 1: ARROZ DE ATUM

MENU 2: ROBALO C/ GRELOS

MENU VEGETARIANO: CARIL DE GRÃO

SALADA: ALFACE/TOMATE

FRUTA: BANANA

QUI



SOPA: CANJA

MENU 1: FRANGO NO FORNO C/ ARROZ DE ERVILHAS

MENU 2: BIFE DE PERU C/ARROZ E ERVILHA

SALADA: ALFACE/TOMATE/PEPINO

FRUTA: CLEMENTINA

SEX



SOPA: CREME DE ABÓBORA

MENU 1: BACALHAU BOM SUCESSO

MENU 2: DOURADA C/ FEIJÃO VERDE

SALADA: ALFACE/TOMATE/PIMENTO

FRUTA: FRUTA VARIADA