



EMENTA DA SEMANA

28 setembro
a 2 de outubro

Sujeito a alterações sem aviso
prévio.

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:

Segunda-feira

Guisado de feijão, curgete e
cenoura

Sexta-feira

Gratinado de beringela,
curgete e abóbora



LACTOSE



OVOS



SOJA



MOLUSCO



TREMOÇO



FRUTOS
SECOS



TRIGO



PEIXE



CRUSTÁCEOS



SULFITOS



APO

Nutricionista: Joana Cabecinha



COLÉGIO DO
BOM SUCESSO
DOMINICAN COLLEGE



2ª FEIRA

SOPA: Puré de feijão

1º PRATO: Empadão de carne de vaca

2º PRATO: Bife de peru grelhado c/ arroz e milho.

SALADA: Alface, tomate e beterraba

FRUTA: Maçã

3ª FEIRA

SOPA: Juliana

1º PRATO: Strogonoff de Peru c/ arroz branco

2º PRATO: Bifes de frango grelhados c/ arroz e brócolos

SALADA: Alface, tomate e milho

FRUTA: Melão

4ª FEIRA

SOPA: Agrião

1º PRATO: Fish Pie

2º PRATO: Dourada grelhada c/ batata e couve flor

MENU VEGETARIANO: Salada de grão

SALADA: Alface, tomate e pepino

FRUTA: Banana

5ª FEIRA

SOPA: Canja

1º PRATO: Salsichas fresca no forno c/ batata frita

2º PRATO: Vaca estufada c/ arroz branco e cenoura

SALADA: Alface, tomate e milho

FRUTA: Clementina

6ª FEIRA

SOPA: Creme de cenoura

1º PRATO: Bacalhau à Brás

2º PRATO: Salmão c/ feijão verde e batata

SALADA: Alface, Tomate e cenoura

FRUTA: Variada