COLÉGIO DO BOM SUCESSO
DOMINICAN COLLEGE

200 ANOS
EM BUSCA DA VERDADE
1823-2023

EMENTA DA SEMANA

09 a 13 de Novembro

Sujeito a alterações sem aviso prévio.

Pedimos que todos os pedidos de dieta diária sejam efetuados até às 9h30 do próprio dia para

Joanacabecinha@cbomsucesso.pt

Esta semana serão servidos mix de legumes:

Segunda-feira
Couve c/cogumelos e cenoura

Sexta-feira
Gratinado de couve-flor, cenoura e amêndoa

Alergénios



Nutricionista: Joana Cabecinha

2ª FEIRA

SOPA: Creme de Alface
1º PRATO: Esparguete integral à bolonhesa (TRIGO)
2º PRATO: Bife de frango grelhado c/arroz e cenoura
SALADA: Alface, tomate e beterraba
FRUTA: Maçã

3ª FEIRA

SOPA: Juliana
1º PRATO: Jardineira de frango c/cenoura, feijão verde, ervilha e batata
2º PRATO: Bifes de peru grelhados c/arroz e feijão verde
SALADA: Alface, tomate e pimentos tricolor
FRUTA: Pera

4ª FEIRA

SOPA: Agrião
1º PRATO: Macedónia de pescada com ovo (OVOS)
MENU VEGETARIANO: Quinoa, tomate, pimento, queijo feta (LACTOSE)
SALADA: Alface, tomate e cenoura ralada
FRUTA: Gelatina

5ª FEIRA

SOPA: Creme de espinafres
1º PRATO: Panados de peru c/massa cotovelos (TRIGO)
2º PRATO: Vaca estufada em cubos c/arroz e ervilhas (SULFITOS)
SALADA: Alface, tomate e milho
FRUTA: Clementina

6ª FEIRA

SOPA: Curgete
1º PRATO: Arroz de pota (MOLUSCO)
2º PRATO: Robalo grelhado c/batata e couve-flor (PEIXE)
SALADA: Alface, Tomate e pepino
FRUTA: Variada