



MENU 2

2ª FEIRA

Creme de Cenoura

Panados de peru c/arroz de cenoura
 DIETA: Escalopes de peru grelhados
 c/arroz e brócolos
 SALADA: Alface/tomate/beterraba



3ª FEIRA

Creme de alho francês

Almôndegas (vaca) c/esparguete
 DIETA: Carne de vaca cozida
 c/esparguete e cenoura baby
 SALADA: Alface/tomate/cebola



4ª FEIRA

Sopa Juliana

Salada Russa de atum (pescada)
 DIETA: Pescada cozida c/batata e feijão-verde
 SALADA: Alface/tomate/pepino



5ª FEIRA

Canja

Frango no forno c/arroz e batata frita
 DIETA: Frango cozido c/arroz e ervilhas
 SALADA: Alface/tomate/cenoura ralada



6ª FEIRA

Puré de abóbora

Salada de pescada c/ovo e macedónia
 SALADA: Alface/tomate/milho



Sujeito a alterações sem aviso prévio.

Elaborado por Lina Silva Cardoso (linacardoso@cbomsucesso.pt)

NOTA: Para se poder corresponder aos pedidos de dieta diária, pede-se o favor de efetuarem o respetivo pedido até às **9h30m** do próprio dia. Obrigado



GLÚTEN



CRUSTÁCEOS



OVOS



PEIXE



AIPO



MOSTARDA



GRÃOS DE SÉSAMO



AMENDOINS



SOJA



LÁCTEOS



FRUTOS DE CASCA



DIÓXIDO DE ENXOFRE
E SULFITOS



MOLUSCOS



TREMOÇOS

Nutricionista: Maria Paes de Vasconcelos

Desenvolvido: João Guerreiro