

EMENTA SEMANAL

2ª feira, 6 de Maio

Sopa: Creme de cenoura
Prato: Chili com carne, arroz branco
Dieta: Hambúrguer grelhado
Salada: Salada de alface
Sobremesa: Fruta



3ª feira, 7 de Maio

Sopa: Canja de galinha
Prato: Douradinhos no forno com arroz de cenoura
Dieta: pescada cozida
Salada: Salada de alface, tomate e milho
Sobremesa: Pudim flan



4ª feira, 8 de Maio

Sopa: Creme de brócolos
Prato: Pizza
Dieta: Frango cozido
Salada: Salada de alface, pepino de beterraba ralada
Sobremesa: Fruta

5ª feira, 9 de Maio

Sopa: Sopa de alho francês
Prato: Galinha com amêndoas, arroz branco
Dieta: Bife grelhado
Salada: Salada de alface, cenoura ralada e couve roxa
Sobremesa: Fruta



6ª feira, 10 de Maio

Sopa: Sopa de agrião
Prato: Fusilli tricolor com salmão e ananás
Dieta: Salmão grelhado
Salada: Salada de alface, rúcula e tomate
Sobremesa: Fruta