

EMENTA SEMANAL

3^a feira, 2 de Dezembro

- Sopa: Creme de legumes
Prato: Jardineira de carne
Salada: Salada mista
Dieta: Costeletas grelhadas
Sobremesa: Mousse de chocolate



4^a feira, 3 de Dezembro

- Sopa: Sopa juliana
Prato: Perninhas de frango no forno com molho de soja, cenoura e alho francês, puré de batata
Salada: Salada mista
Dieta: Perninhas de frango com arroz branco
Sobremesa: Fruta



5^a feira, 4 de Dezembro

- Sopa: Sopa de espinafres
Prato: Rolo de carne com esparguete e legumes salteados
Salada: Salada mista
Dieta: Rolo de carne simples com esparguete
Sobremesa: Fruta



6^a feira, 5 de Dezembro

- Sopa: Sopa de agrião
Prato: Filetes panados com arroz de cenoura
Salada: Salada mista
Dieta: Pescada cozida com batata e cenoura
Sobremesa: Fruta

Todos os dias: pão, salada mista com três ingredientes e fruta da época