

EMENTA SEMANAL

2ª feira, 28 de Setembro

Sopa: Creme de cenoura
Prato: Salada de frango e legumes frescos
Dieta: Bifinhos de frango com arroz branco
Sobremesa: Fruta



3ª feira, 29 de Setembro

Sopa: Sopa de grão com espinafres
Prato: Empadão de arroz com atum e ovo mexido
Salada: Salada mista
Dieta: Red fish no forno
Sobremesa: Salada de frutas



4ª feira, 30 de Setembro

Sopa: Sopa juliana
Prato: Bitoque com ovo e batatas fritas
Salada: Salada mista
Dieta: Bifanas grelhadas com arroz
Sobremesa: Fruta

5ª feira, 1 de Outubro

Sopa: Creme de legumes
Prato: Rolo de carne com esparguete
Salada: Salada mista
Dieta: Bifes de peru grelhados com esparguete
Sobremesa: Fruta

6ª feira, 2 de Outubro

Sopa: Sopa de agrião
Prato: Pescada espiritual
Salada: Salada mista
Dieta: Carapaus grelhados
Sobremesa: Fruta

