

EMENTA SEMANAL

2ª feira, 6 de Outubro

Sopa: Creme de espinafres
Prato: Gratinado de macarrão com carne e legumes
Dieta: Bife de peru grelhado com macarrão simples
Sobremesa: Fruta

3ª feira, 7 de Outubro

Sopa: Canja
Prato: Pescada espiritual
Dieta: Pescada cozida com batata e cenoura
Sobremesa: Gelatina



4ª feira, 8 de Outubro

Sopa: Sopa nabiças
Prato: Bifinhos de frango grelhados com arroz branco e feijão preto
Dieta: Bifinhos de frango grelhado
Sobremesa: Fruta

5ª feira, 9 de Outubro

Sopa: Sopa de alho francês
Prato: Perna de porco no forno com batata salteada
Dieta: Perna de porco simples com arroz branco
Sobremesa: Fruta

6ª feira, 10 de Outubro

Sopa: Sopa de agrião
Prato: Calamares com arroz de cenoura
Dieta: Red Fish no forno com batata cozida
Sobremesa: Fruta



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