

**EMENTA SEMANAL****LARES**

A NUTRICIONISTA/DIETISTA,

Ana Miranda

SEMANA DE

01-03-2021

A

07-03-2021

SEGUNDA-FEIRA

TERÇA-FEIRA

QUARTA-FEIRA

QUINTA-FEIRA

SEXTA-FEIRA

SABADO

DOMINGO

A L M O Ç O

SOPA GERAL	Sopa de espinafres	Sopa de feijão verde	Sopa de coração	Sopa de alho francês	Caldo Verde	Sopa de espinafres	Sopa de feijão verde
PRATO GERAL	Bolinhos de bacalhau com arroz seco, feijão-frade e molho verde	Massa à lavrador	Salada russa com atum ovo e maionese	Coelho à Caçador	Pescada cozida com todos	Frango estufado com ervilhas, cenoura e esparguete	Pá de porco assada com arroz de cenoura
PRATO DIETA	Pescada recheada com arroz seco	Massa de legumes com carne	Salada russa com atum e ovo	Coelho estufado com cenoura e arroz	Pescada cozida com todos	Frango estufado com esparguete	Pá de porco assada com arroz de cenoura
SALADA	Salada de alface e cenoura		Salada de alface e cenoura	Salada tomate e pepino	Salada juliana	Salada de alface e cenoura	Salada de alface e tomate
SOBREMESA FRUTA	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época

P E Q U E N O A L M O Ç O | L A N C H E

Leite, cevada ou chá com pão ou bolachas

J A N T A R

SOPA GERAL	Sopa de legumes	Sopa de nabos	Sopa de legumes	Sopa de penca e feijão vermelho	Sopa de coração	Sopa de legumes	Canja
SOBREMESA FRUTA	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
SOBREMESA DOCE	Aletria		Gelatina de ananás			Leite de creme	

C E I A

Leite, cevada ou chá com pão ou bolachas

DIETAS ESPECÍFICAS ESTÃO CONTEMPLADAS NO MANUAL DE DIETAS

A EMENTA PODERÁ ESTAR SUJEITA A LTERAÇÃO

ALERGÉNIOS: CONSULTE MAIS INFORMAÇÕES JUNTO DO SERVIÇO DE ALIMENTAÇÃO