



Valências: **Serviço de Apoio Domiciliário /Cantina Social**

Refeição: Almoço

Semana: de 19 a 25 de Setembro de 2016

	Almoço	Dieta
Segunda-feira	<i>Sopa:</i> Sopa legumes <i>Prato principal:</i> Rancho <i>Sobremesa:</i> Fruta da época	Carne cozida com massa cozida
Terça-feira	<i>Sopa:</i> Sopa legumes <i>Prato principal:</i> Filetes estufada com arroz e legumes <i>Sobremesa:</i> Fruta da época	Filetes cozidos e arroz e legumes
Quarta-feira	<i>Sopa:</i> Sopa legumes <i>Prato principal:</i> Bife de peru grelhado com esparguete e cogumelos <i>Sobremesa:</i> Fruta da época	Frango cozido com massa cozida e ervilhas
Quinta-feira	<i>Sopa:</i> Sopa de feijão <i>Prato principal:</i> Bacalhau à Gomes Sá e salada de alface <i>Sobremesa:</i> Fruta da época	Peixe cozido com batata cozida e salada de alface
Sexta-feira	<i>Sopa:</i> Sopa legumes <i>Prato principal:</i> Rojões com arroz e salada de tomate <i>Sobremesa:</i> Fruta da época	Rojões cozidos com arroz e salada de tomate
Sábado	<i>Sopa:</i> Sopa legumes <i>Prato principal:</i> Carne de vaca aos cubos com massa esparguete <i>Sobremesa:</i> Fruta da época	Carne de vaca cozida com massa esparguete
Domingo	<i>Sopa:</i> Caldo verde <i>Prato principal:</i> bacalhau com batata assada e legumes <i>Sobremesa:</i> Fruta da época	Bacalhau cozido com batata cozida e legumes



Observações	
--------------------	--