



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

Refeição: Almoço

Semana: de 31 de Outubro a 6 de Novembro de 2016

	Almoço	Dieta
Segunda- feira	<i>Sopa:</i> Sopa legumes <i>Prato principal:</i> Massa à bolonhesa <i>Sobremesa:</i> Fruta da época	Carne de vaca cozida com massa cozida
Terça-feira	<i>Sopa:</i> Sopa de abóbora <i>Prato principal:</i> Frango assado com arroz e salada de tomate <i>Sobremesa:</i> Fruta da época	Frango cozido com arroz branco e salada de tomate
Quarta-feira	<i>Sopa:</i> Sopa de feijão-verde <i>Prato principal:</i> Petinga com arroz de feijão <i>Sobremesa:</i> Fruta da época	Peixe cozido com arroz branco
Quinta-feira	<i>Sopa:</i> Sopa de couve portuguesa <i>Prato principal:</i> carne de porco à alentejana com salada de alface <i>Sobremesa:</i> Maça	Rojões cozidos com arroz branco com salada de alface
Sexta-feira	<i>Sopa:</i> Sopa de grão e cenoura <i>Prato principal:</i> Pescada cozida com molho de marisco e arroz de legumes <i>Sobremesa:</i> Fruta da época	Pescada cozida com arroz branco e legumes
Sábado	<i>Sopa:</i> Sopa legumes <i>Prato principal:</i> Feijoada <i>Sobremesa:</i> Fruta da época	Carne cozida com arroz branco
Domingo	<i>Sopa:</i> Caldo verde <i>Prato principal:</i> Bife de peru com arroz de legumes e batata frita <i>Sobremesa:</i> Fruta da época	Bife de peru grelhado com arroz branco e legumes
Observações		