



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

## Refeição: Almoço

Semana: de 4 a 10 de Julho de 2016

	<b>Almoço</b>	<b>Dieta</b>
<b>Segunda- feira</b>	<i>Sopa:</i> Sopa legumes <i>Prato principal:</i> Carne de vaca com massa fusilli e ervilhas <i>Sobremesa:</i> Fruta da época	carne de vaca cozida com massa cozida e ervilhas
<b>Terça-feira</b>	<i>Sopa:</i> Sopa brócolos <i>Prato principal:</i> Bolinhos de bacalhau com feijão-frade e arroz <i>Sobremesa:</i> Fruta da época	Filetes cozidos e com arroz e
<b>Quarta-feira</b>	<i>Sopa:</i> Sopa legumes <i>Prato principal:</i> Frango assado com arroz e salada de tomate <i>Sobremesa:</i> Fruta da época	Frango cozido com arroz e salada de alface
<b>Quinta-feira</b>	<i>Sopa:</i> Sopa de feijão-verde <i>Prato principal:</i> Peixe-espada cozido com batata e hortaliça <i>Sobremesa:</i> Maça	Igual
<b>Sexta-feira</b>	<i>Sopa:</i> Sopa legumes <i>Prato principal:</i> Rojões com batata assada e salada de tomate <i>Sobremesa:</i> Fruta da época	Rojões cozidos com batata cozida e salada de tomate
<b>Sábado</b>	<i>Sopa:</i> Sopa legumes <i>Prato principal:</i> Batata cozida com pescada, cenoura e hortaliça <i>Sobremesa:</i> Fruta da época	Igual
<b>Domingo</b>	<i>Sopa:</i> Sopa de legumes <i>Prato principal:</i> bife de peru com arroz e salada de alface <i>Sobremesa:</i> Fruta da época	Bife de peru cozido com arroz branco e salada de alface
<b>Observações</b>		