

Semana: ___ a ___ de ___ de 2021

Centro de Dia, Serviço de Apoio Domiciliário e Colaboradores

		COMPOSIÇÃO DA REFEIÇÃO	
		Normal	Alternativa
2ª Feira	Sopa:	Feijão c/ lombardo	Feijão c/ lombardo
	Prato:	Bifinhos de peru no fornec/ arroz legumes	Omelete c/ arroz legumes
	Sobremesa:	Maçã reineta assada	Maçã reineta assada
	Lanche:	logurte +pão c/ manteiga	logurte +pão c/ manteiga
3ª Feira	Sopa:	Nabiças	Nabiças
	Prato:	Bacalhau cozido c/ batata cozida e couves	Pescada cozida c/ batata cozida e couves
	Sobremesa:	Laranja	Laranja
	Lanche:	Leite simples + pão c/queijo	Leite simples + pão c/queijo
4ª Feira	Sopa:	Caldo Verde	Caldo Verde
	Prato:	Rancho à transmontana	Rancho (s/ carne c/ ovosescalfados)
	Sobremesa:	Salada de frutas	Salada de frutas
	Lanche:	Sumo +pão c/ manteiga	Sumo +pão c/ manteiga
5ª Feira	Sopa:	Abóbora c/ espinafres	Abóbora c/ espinafres
	Prato:	Lulas estufadas c/ ervilhas e batatas	Massa de peixe
	Sobremesa:	Gelatina	Gelatina
	Lanche:	Leite c/ chocolate + pão c/fiambre	Leite c/ chocolate + pão c/fiambre
6ª Feira	Sopa:	Grão c/ hortaliça	Grão c/ hortaliça
	Prato:	Pá porco estufada c/ arrose cenouras baby	Peixe estufado c/ arroz cenouras baby
	Sobremesa:	Banana	Banana
	Lanche:	logurte + pão c/ queijo	logurte + pão c/ queijo
Sábado	Sopa:	Coentros	Coentros
	Prato:	Carapaus fritos c/ açorda	Peixe grelhado c/ açorda
	Sobremesa:	Arroz doce	Arroz doce
	Lanche:	Leite simples + pão c/ queijo	Leite simples + pão c/ queijo
Domingo	Sopa:	Agrião	Agrião
	Prato:	Bifes peru grelhados c/esparguete	Salmão grelhado c/esparguete e salada
	Sobremesa:	Salada de frutas	Salada e frutas
	Lanche:	sumo + pão c/ fiambre	sumo + pão c/ fiambre

**Esta ementa poderá sofrer alterações caso se justifique*