

Semana: \_\_\_ a \_\_\_ de \_\_\_ de 2021

**Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário e Colaboradores**

		COMPOSIÇÃO DA REFEIÇÃO	
		Normal	Alternativa
2ª Feira	Sopa:	Alho francês	Alho francês
	Prato:	Arroz de aves c/ Salada	Empadão de atum c/ arroz
	Sobremesa:	Maçã reineta assada	Maçã reineta assada
	Lanche:	logurte +pão c/ manteiga	logurte +pão c/ manteiga
3ª Feira	Sopa:	Coentros c/ croutons	Coentros c/ croutons
	Prato:	Pescada cozida c/ batatas, ovo e legumes	Pescada cozida c/ batatas, ovo e legumes
	Sobremesa:	Laranja	Laranja
	Lanche:	Leite simples + pão c/ queijo	Leite simples + pão c/ queijo
4ª Feira	Sopa:	Feijão-verde	Feijão-verde
	Prato:	Bitoque c/ batata frita e Salada	Ovos estrelados c/ batata frita e salada
	Sobremesa:	Salada de frutas	Salada de frutas
	Lanche:	Sumo + pão c/ manteiga	Sumo +pão c/ manteiga
5ª Feira	Sopa:	Caldo Verde	Caldo Verde
	Prato:	Filetes no forno c/ arroz de tomate, alface e cenoura	Salmão no forno c/ arroz de tomate, alface e cenoura
	Sobremesa:	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche:	Leite c/ chocolate + pão c/ fiambre	Leite c/ chocolate + pão c/ fiambre
6ª Feira	Sopa:	Canja	Canja
	Prato:	Bifinhos de frango no forno c/ esparguete e salada	Peixe grelhado c/ salada
	Sobremesa:	Banana	Banana
	Lanche:	logurte + pão c/ queijo	logurte + pão c/ queijo
Sábado	Sopa:	Sopa de Legumes	Sopa de Legumes
	Prato:	Bacalhau à Brás c/ salada	Salmão grelhado c/ batata e salda
	Sobremesa:	Arroz doce	Arroz doce
	Lanche:	Leite simples + pão c/ queijo	Leite simples + pão c/ queijo
Domingo	Sopa:	Sopa de Nabiças	Sopa de Nabiças
	Prato:	Entrecosto no forno com arroz de feijão	Rissóis c/ arroz feijão
	Sobremesa:	Salada de frutas	Salada de frutas
	Lanche:	Sumo + pão c/ fiambre	Sumo + pão c/ fiambre

*\*Esta ementa poderá sofrer alterações caso se justifique*