

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

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

		COMPOSIÇÃO DA REFEIÇÃO	
		Normal	Alternativa
2ª Feira	Sopa:	Grão	Grão
	Prato:	Strgonoff frango c/ arrozcenoura e salada	Salgados c/ arroz de cenoura e salada
	Sobremesa:	Maçã reineta assada	Maçã reineta assada
	Lanche:	logurte + pão c/ manteiga	logurte + pão c/ manteiga
3ª Feira	Sopa:	Abóbora com espinafres	Abóbora com espinafres
	Prato:	Salada de atum c/ feijãofrade e ovo cozido	-----
	Sobremesa:	Laranja	Laranja
	Lanche:	Leite simples + pão c/ queijo	Leite simples + pão c/ queijo
4ª Feira	Sopa:	Feijão Verde	Feijão Verde
	Prato:	Perna peru assada c/ arrozcenoura e couve	Pescada no forno c/ arrozcenoura e couve
	Sobremesa:	Salada de frutas	Salada de frutas
	Lanche:	Sumo + pão com manteiga	Sumo + pão com manteiga
5ª Feira	Sopa:	Caldo Verde	Caldo Verde
	Prato:	Bacalhau à Gomes Sá	Filetes no forno c/ batatas e salada de alface
	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:	Esparguete à bolonhesa c/salada	Ovos mexidos c/ cebola esalsa c/ salada
	Sobremesa:	Banana	Banana
	Lanche:	logurte + pão c/ manteiga	logurte + pão c/ manteiga
Sábado	Sopa:	Legumes	Legumes
	Prato:	Arroz de peixe	-----
	Sobremesa:	Arroz doce	Arroz doce
	Lanche:	Leite simples + pão c/queijo	Leite simples + pão c/ queijo
Domingo	Sopa:	Nabiças	Nabiças
	Prato:	Pá porco assada c/ batatase salada	Peixe cozido c/ legumes
	Sobremesa:	Salada de frutas	Salada e frutas
	Lanche:	Sumo + pão c/ fiambre	Sumo + pão c/ fiambre

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