

Semana: ___ a ___ de ___ de 2021

Centro de Dia, Serviço de Apoio Domiciliário e Colaboradores

		COMPOSIÇÃO DA REFEIÇÃO	
		Normal	Alternativa
2ª Feira	Sopa:	Sopa de legumes	Sopa de legumes
	Prato:	Carne à Portuguesa	Peixe cozido c/ batatas e legumes
	Sobremesa:	Maçã reineta assada	Maçã reineta assada
	Lanche:	logurte + pão com manteiga	logurte + pão com manteiga
3ª Feira	Sopa:	Sopa de Grão c/ espinafres	Sopa de Grão c/ espinafres
	Prato:	Rissóis de camarão c/ arroz de legumes e salada	-----
	Sobremesa:	Laranja	Laranja
	Lanche:	Leite simples + pão c/ queijo	Leite simples + pão c/ queijo
4ª Feira	Sopa:	Sopa de cenoura c/ massinhas	Sopa de cenoura c/ massinhas
	Prato:	Frango assado c/batatas e salada	Perca assada no forno c/ batatas e salada
	Sobremesa:	Fruta da época	Fruta da época
	Lanche:	Sumo + pão c/ manteiga	Sumo + pão c/ manteiga
5ª Feira	Sopa:	Sopa Nabiças	Sopa Nabiças
	Prato:	Massada de peixe	-----
	Sobremesa:	Banana	Banana
	Lanche:	Leite c/ chocolate + pão c/ fiambre	Leite c/ chocolate + pão c/ fiambre
6ª Feira	Sopa:	Sopa de ervilhas c/ cenoura	Sopa de ervilhas c/ cenoura
	Prato:	Empadão de carne (puré) c/ salada	Empadão de atum (puré) c/ salada
	Sobremesa:	Salada de frutas	Salada de frutas
	Lanche:	Iogurte + pão com manteiga	Iogurte + pão com manteiga
Sábado	Sopa:	Sopa de espinafres	Sopa de espinafres
	Prato:	Bacalhau à Brás c/ salada	-----
	Sobremesa:	Arroz doce	Arroz doce
	Lanche:	Leite simples + pão c/ queijo	Leite simples + pão c/ queijo
Domingo	Sopa:	Creme de legumes	Creme de legumes
	Prato:	Bifanas de cebolada com arroz e salada	Pescada de cebolada com arroz e salada
	Sobremesa:	Gelatina	Gelatina
	Lanche:	Sumo + pão c/ fiambre	Sumo + pão c/ fiambre

**Esta ementa poderá sofrer alterações caso se justifique*