

Menu da Semana 15/06/2026 a 19/06/2026

Segunda-feira

Sopa: Creme de legumes

Prato: Calamares no forno c/ arroz de cenoura

Vegetais: Cenoura e beterraba

Dieta: Pescada cozida c/batata, ovo e legumes cozidos

Sobremesa: Fruta

Terça-feira

Sopa: Canja

Prato: Entrecosto c/ esparguete

Vegetais: Legumes salteados

Dieta: Hamburguer de frango c/ arroz branco

Sobremesa: Fruta

Quarta-feira

Sopa: Alho francês

Prato: Salada de salmão

Vegetais: Incorporado no prato

Dieta: Lombo de pescada cozida c/ batata, brócolos, cenoura e ovo cozido

Sobremesa: Fruta

Quinta-feira

Sopa: Agrião

Prato: Frango no forno c/ puré

Vegetais: Alface e pepino

Dieta: Bife de frango c/ puré

Sobremesa: Fruta

Sexta-feira

Sopa: Creme de cenoura

Prato: Filete red fish c/ arroz ervilhas

Vegetais: Alface e tomate

Dieta: Pescada cozida c/ batata, cenoura e brócolos cozidos

Sobremesa: Fruta