

Menu da Semana 14/09/2026 a 18/09/2026

Segunda-feira

Sopa:	Creme de legumes
Prato:	Rissóis de peixe c/ arroz de cenoura
Vegetais:	Alface
Dieta:	Lombo de pescada, batatas e legumes cozidos
Sobremesa:	Fruta

Terça-feira

Sopa:	Canja
Prato:	Carne à portuguesa
Vegetais:	Cenoura e beterraba
Dieta:	Bife de frango c/ arroz branco
Sobremesa:	Fruta

Quarta-feira

Sopa:	Alho francês
Prato:	Salada de feijão frade c/ atum
Vegetais:	Incorporado no prato
Dieta:	Pescada cozida c/ batata, cenoura, brócolos e ovo
Sobremesa:	Fruta

Quinta-feira

Sopa:	Agrião
Prato:	Lasanha de carne
Vegetais:	Alface e tomate
Dieta:	Bife peru c/ massa
Sobremesa:	Fruta

Sexta-feira

Sopa:	Creme de abóbora
Prato:	Salada de grão c/ massa, ovo, brócolos e cogumelos
Vegetais:	Alface
Dieta:	Pescada cozida c/ batata, cenoura, brócolos e ovo
Sobremesa:	Fruta