

CENTRO DIA

DATA-14/07

DIA	PRATO	Geral	Dieta
2ª feira	Sopa	Legumes	Legumes
	Prato	Rolo de carne com arroz alegre	Rolo de carne com arroz alegre
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
	Sopa	Canja	Canja
	Prato	Massa de peixe com delicias mar	Massada de peixe
	Sobremesa	Doce	Doce
4ª feira	Sopa	Alho francês	Alho francês
	Prato	Arroz de carne à transmontana	Arroz de carne simples
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
5ª feira	Sopa	Grão com espinafres	Grão com espinafres
	Prato	Peixe cozido com batata e legumes	Peixe cozido com batata e legumes
	Sobremesa	Fruta da época	fruta da época
6ª feira	Sopa	Feijão verde	Feijão verde
	Prato	Frango assado com batata frita	Frango assado com arroz cenoura
	Sobremesa	Gelado	Gelado
Sábado	Sopa		
	Prato		
	Sobremesa		
Domingo	Sopa		
	Prato		
	Sobremesa		

Nota: Será servida salada ou legumes sempre que não exista na confeção do prato.

Nota: A ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos