

## C.C.D. \_ TRANQUILIDADE

SEMANA de 10/12 a 14/12/2018

2ª FEIRA	SOPA	Abóbora c/ Hortelã	120
	PEIXE	Bacalhau à Braz	704
	CARNE	Carne de Porco c/ Linguiça e Macarrão Cozido	839
	DIETA	Espetadas de Aves Grelhada e Arroz de Milho	701
	Sugestão do Chf	Cotovelinhos c/ Choco, Ervilhas e Cenoura	617

3ª FEIRA	SOPA	Feijão Manteiga c/ Espinafres	152
	PEIXE	Rolinhos de Peixe no Forno c/ Molho de Marisco	639
	CARNE	Strogonoff de Vaca e Arroz Árabe	938
	DIETA	Corvina ao Vapor, Batata e Feijão-verde Cozidos	422
	Sugestão do Chf	Almôndegas de Tomatada c/ Esparguete	828

4ª FEIRA	SOPA	Ervilhas c/ Bacon	169
	PEIXE	Caldeirada de Peixes à Algarvia	597
	CARNE	Pernas de Frango c/ Pimentos e Batata Frita	734
	DIETA	Iscas de Vaca Grelhadas e Arroz de Legumes	572
	Sugestão do Chf	Crepes de Legumes e Salada Russa	734

5ª FEIRA	SOPA	Alface	127
	PEIXE	Pescadinhas de Rabo na Boca e Arroz de Lombardo	696
	CARNE	Rancho à Moda de Viseu	1022
	DIETA	Salmão Grelhado, Batata e Brócolos Cozidos	673
	Sugestão do Chf	Esparguete à Carbonara	908

6ª FEIRA	SOPA	Caldo Verde	185
	PEIXE	Bacalhau à Beirão c/ Lombardo, Grão, Batata e Cenoura	474
	CARNE	Panadinhos à Milanese, Fusilli Cozido e Queijo Ralado	835
	DIETA	Frango Estufado ao Natural c/ Couve Coração e Cenoura	577
	Sugestão do Chf	Farfalle c/ Enchidos (linguiça, farinheira e chouriço)	603

Nota: Os Pratos confeccionados nesta ementa semanal podem conter os seguintes alergénios: cereais que contêm glúten e produtos à base destes cereais, crustáceos e produtos à base de crustáceos, ovos e produtos à base de ovos, peixes e produtos à base de peixe, amendoins e produtos à base de amendoins, soja e produtos à base de soja, leite e produtos à base de leite, frutos de casca rija e produtos à base destes frutos, aipo e produtos à base de aipo, mostarda e produtos à base de mostarda, sementes de sésamo e produtos à base de sementes de sésamo, dióxido de enxofre e sulfitos, tremçoço e produtos à base tremçoço, moluscos e produtos à base