



C.C.D. – CENTRO CULTURAL E DESPORTIVO
TRABALHADORES DA CÂMARA MUNICIPAL DE GONDOMAR

Menus Semanais Cantina CCD Gondomar

Semana de 20 de Novembro a 24 de Novembro 2017

Segunda-feira

Sopa de Couve Branca

Pescada Cozida c/ Batata Cozida Legumes Ovo e Molho de Tomate
Bifinhos de Frango c/ Arroz Branco e Molho de Natas c/ Cogumelos

Dieta: Pescada Cozida c/ Batata Cozida e Legumes (Sem Sal)

Fruta ou Doce do Dia

Terça-feira

Sopa de Feijão-verde

Lombos de Perca Grelhados c/ Batata Cozida e Legumes

Feijoada á Transmontana

Dieta: Lombos de Perca c/ Batata Cozida e Legumes (Sem Sal)

Fruta ou Doce do Dia

Quarta-feira

Sopa de Couve Lombarda

Raia Frita c/ Arroz de Legumes

Bife de Peru Grelhado c/ Esparguete e Legumes

Dieta: Bife de Peru Grelhado c/ Batata Cozida e Legumes (Sem Sal)

Fruta ou Doce do Dia

Quinta-feira

Sopa de Grelos

Misto de Peixes Grelhados c/Batata Cozida e Legumes

Frango Estufado c/ Caril c/ Arroz Branco e Legumes Cozidos

Dieta: Frango Cozido c/ Batata Cozida e Legumes (Sem Sal)

Fruta ou Doce do Dia

Sexta-feira

Sopa de Coração

Abrótea Grelhada c/ Batata Cozida e Legumes

Lombo de Porco Assado c/ Ameixas Batata Assada e Legumes

Dieta: Abrótea grelhada c/ Batata Cozida e Legumes

Fruta ou Doce do Dia