



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

Menus Semanais Cantina CCD Gondomar
Semana de 21 de Maio a 25 de Maio 2018

Segunda-Feira

Sopa de Legumes

Pescada Assada no Forno c/ Batata Assada e Legumes Cozidos

Bife de Peru Grelhado c/ Arroz Branco e Molho à Basca

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

Fruta ou Doce do Dia

Terça-feira

Sopa de Legumes

Postinhas de Solha Grelhadas c/ Batata Cozida e Legumes

Rancho à Regional

Dieta: Solha Grelhada c/ Batata Cozida e Legumes Cozidos (Sem Sal)

Quarta-feira

Sopa de Legumes

Misto de Peixes Grelhados c/ Batata Cozida e Legumes Cozidos

Frango Grelhado c/ Batata Sauté e Salada Mista

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

Fruta ou Doce do Dia

Quinta-feira

Sopa de Legumes

Salada de Atum c/ Feijão Frade e Salada Mista

Febras de Porco Grelhadas c/ Esparguete e Salada Mista

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

Fruta ou Doce do Dia

Sexta-feira

Sopa de Legumes

Abrótea Grelhada c/ Batata Cozida e Legumes Cozidos

Arroz de Pato à Antiga

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

Fruta ou Doce do Dia