



ementa

20 a 24 FEVEREIRO de 2023

santa casa da
misericórdia
de vagos



EMENTA DIGITAL



Elaborado por:

Nutricionista Diana Sintra

Se é alérgico ou intolerante a alguma das substâncias a seguir discriminadas peça mais informação acerca da presença das mesmas nos pratos que constituem a ementa

Segunda-feira

Suplemento da manhã

Bolachas[1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 14]

Sopa

Creme de couve-flor c/ coelho

Sopa de legumes

Prato

Massa c/ carne de porco e salada de alface [1, 3, 9, 10, 11, 14]

Dieta

Carne de porco estufada ao natural c/ massa e salada de alface [1, 3, 14]

Vegetariano

Creme de couve-flor c/ ervilhas [9]

Massa primavera (Ervilhas, milho, ananás, azeitonas, brócolos e cenoura)[1, 3, 12]

Sobremesa

Fruta da época / Maçã triturada

Lanche

Papa láctea/ não láctea [1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12]

Leite e pão c/ manteiga [1, 3, 7, 8, 11, 14]

Terça-feira

Quarta-feira

Suplemento da manhã

Pera

Sopa

Creme de alho francês c/ pescada [4]

Sopa de alho francês

Prato

Solha assada natural c/ arroz de cenoura e salada de alface e milho [4, 9, 10, 11, 14]

Dieta

Solha assada natural c/ arroz de cenoura e salada de alface e milho [4, 9, 10, 11, 14]

Vegetariano

Creme de alho francês c/ lentilhas [9]

Lentilhas estufadas c/ legumes e arroz de cenoura [9, 10, 11]

Sobremesa

Fruta da época / Pera

Lanche

Papa láctea/ não láctea [1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12]

logurte e pão c/ manteiga [1, 3, 6, 7, 8, 11, 14]

Quinta-feira

Suplemento da manhã

Bolachas[1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 14]

Sopa

Creme de feijão-verde c/ frango

Sopa de feijão-verde c/ tomate

Prato

Frango fricassé c/ puré e legumes salteados [3, 7, 9, 10, 11, 14]

Dieta

Peitinhos de frango estufados ao natural c/ puré e legumes salteados [7, 9, 10, 11, 14]

Vegetariano

Creme de feijão-verde c/ favas [9]

Favas estufadas (c/ curgete e tomate) c/ batata[9, 10, 11, 14]

Sobremesa

Fruta da época / Maçã cozida

Lanche

logurte c/ banana [6, 7]

Cereais de arroz e trigo integral c/ leite [1, 5, 7, 8]

Sexta-feira

Suplemento da manhã

Pera

Sopa

Creme de cenoura c/ perca [4]

Sopa de agrião

Prato

Salmão grelhado c/ arroz e migas[1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 14]

Dieta

Salmão grelhado c/ arroz e migas[1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 14]

Vegetariano

Creme de cenoura c/ feijão vermelho [9]

Feijoada de curgete c/ arroz [6, 12, 14]

Sobremesa

Fruta da época / Banana

Lanche

Papa láctea/ não láctea [1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12]

Leite e pão c/ queijo fresco de barrar[1, 3, 7, 8, 11, 14]

LEGENDA (? = pode conter)

- 1 GLÚTEN
- 2 CRUSTÁCEOS
- 3 OVOS
- 4 PEIXE
- 5 AMENDOIM
- 6 SOJA
- 7 LEITE
- 8 FRUTOS CASCA RIJA
- 9 AIPO
- 10 MOSTARDA
- 11 SEMENTES DE SÉSAMO
- 12 TREMOÇOS
- 13 MOLUSCOS
- 14 SULFITOS/DIÓXIDO DE ENXOFRE

A ementa pode ser alterada, por imprevistos de carácter excepcional, motivados pelo fornecimento de matérias-primas ou anomalias dos equipamentos de cozinha.