



# ementa

30 a 02 JUNHO 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

**Maçã**

Sopa

**Creme de cenoura c/ pescada** [4]

**Sopa à lavrado** [1, 3]

Prato

**Pescada cozida c/ ovo, batata e couve** [3, 4]

Dieta

**Pescada cozida c/ ovo, batata e couve** [3, 4]

Vegetariano

**Creme de cenoura c/ feijão-frade** [9]

**Salada de feijão-frade c/ batata, brócolos e cenoura** [6, 12, 14]

Sobremesa

**Fruta da época / Papaia e maçã**

Lanche

**logurte c/ pera** [6, 7]

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

## Terça-feira

## Quarta-feira

Suplemento da manhã

**Pão** [1, 3, 7, 8, 11, 14]

Sopa

**Creme de alho francês c/ frango**

**Sopa de alho francês**

Prato

**Esparguete à italiana c/ salada de alface e milho** [1, 3, 7, 14]

Dieta

**Bife de frango grelhado c/ massa e salada de alface e milho** [1, 3, 14]

Vegetariano

**Creme de alho francês c/ lentilhas** [9]

**Lentilhas estufadas c/ legumes e massa** [1, 3, 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/ bacalhau fresco** [4]

**Sopa de feijão-verde c/ tomate**

Prato

**Barrinhas de pescada panadas c/ arroz de tomate e salada de alface** [1, 4, 14]

Dieta

**Barrinhas de pescada panadas c/ arroz de tomate e salada de alface** [1, 4, 14]

Vegetariano

**Creme de feijão-verde c/ favas** [9]

**Favas estufadas (c/ curgete e tomate) c/ batata** [1, 5, 8, 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 curgete c/ coelho**

**Sopa de curgete**

Prato

**Feijoada à transmontana (s/ enchidos) c/ arroz** [1, 6, 7, 14]

Dieta

**Carnes mistas cozidas c/ arroz e couve**

Vegetariano

**Creme de curgete 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]

**logurte e pão c/ queijo fresco de barrar** [1, 3, 6, 7, 8, 11, 14]

LEGENDA ( ? = pode conter )



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