



ementa

03 a 07 JULHO 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

Sopa de espinafres

Prato

Ovos mexidos c/ salsicha, arroz cenoura e salada alface e pimento[1, 3, 6, 7, 9, 10, 14]

Dieta

Bife porco grelh. c/ arroz cenoura e salada alface e pimento[1, 4]

Vegetariano

Rancho vegetariano[1, 3, 6, 8, 12, 14]

Sobremesa

Fruta da época

Lanche

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

Terça-feira

Suplemento da manhã

Pera

Sopa

Sopa primavera [9]

Prato

Caldeirada mista c/ salada de tomate[4, 9, 10, 11, 13, 14]

Dieta

Caldeirada mista c/ salada de tomate[4, 9, 10, 11, 13, 14]

Vegetariano

Legumes salteados c/ feijão e batata [6, 12, 14]

Sobremesa

Fruta da época

Lanche

Leite e pão c/ fiambre [1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 14]

Quarta-feira

Suplemento da manhã

Pão [1, 3, 7, 8, 11, 14]

Sopa

Caldo verde [1, 9]

Prato

Arroz de frango c/ couve[9, 10, 11]

Dieta

Arroz de frango c/ couve[9, 10, 11]

Vegetariano

Strogonoff soja c/ cogumelos, arroz e salada alface e tomate [1, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 14]

Sobremesa

Fruta da época

Lanche

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 cenoura

Prato

Solha frita c/ salada russa[1, 4, 6, 9]

Dieta

solha assada ao natural c/ salada russa[4, 9, 10, 11]

Vegetariano

Salada russa vegetariana[9]

Sobremesa

Fruta da época

Lanche

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

Sexta-feira

Suplemento da manhã

Maçã

Sopa

Sopa de alface

Prato

Frango estufado c/ massa e salada de alface e pepino[1, 3, 9, 10, 11, 14]

Dieta

Hambúrguer frango grelh. c/ massa e salada alface e pepino [1, 3, 6, 7, 9, 10, 14]

Vegetariano

Arroz de legumes, cogumelos e lentilhas[14]

Sobremesa

Fruta da época

Lanche

Leite e pão c/ queijo fresco de barrar[1, 3, 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.