



ementa

12 a 16 FEVEREIRO de 2024

santa casa da
misericórdia
de vagos



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 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

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

Sobremesa

Fruta da época

Lanche

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

Terça-feira

Quarta-feira

Suplemento da manhã

Pão [1, 3, 7, 8, 11, 14]

Sopa

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

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

Sobremesa

Fruta da época

Lanche

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

Quinta-feira

Suplemento da manhã

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

Sopa

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

Favas estufadas (c/ curgete e tomate) c/ batata[1, 5, 8, 9, 10, 11, 14]

Sobremesa

Fruta da época

Lanche

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

Sexta-feira

Suplemento da manhã

Pera

Sopa

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

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

Sobremesa

Pudim[7]

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.