



ementa

26 Agosto a 01 Setembro de 2024

PEQUENO ALMOÇO

Pequeno-almoço

Leite [7]

Pão c/ manteiga / doce[1, 7]

Quinta-feira

santa casa da
misericórdia
de vagos



EMENTA DIGITAL



Elaborado por:

Nutricionista Diana Sintra

Pequeno-almoço

Leite [7]

Pão c/ manteiga / doce[1, 7]

Segunda-feira

Pequeno-almoço

Leite [7]

Pão c/ fiambre / manteiga [1, 3, 6, 7, 9, 10, 14]

Sexta-feira

Pequeno-almoço

Leite [7]

Pão c/ manteiga / doce[1, 7]

Terça-feira

Pequeno-almoço

Nestum / Cereais [1, 3, 6, 7, 8]

SÁBADO

Pequeno-almoço

Leite [7]

Pão c/ queijo / manteiga / doce[1, 3, 7]

Quarta-feira

Pequeno-almoço

Nestum / Cereais [1, 6, 7, 8]

DOMINGO

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

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 SESAMO
- 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.



ementa

26 Agosto a 01 Setembro de 2024

ALMOÇO

santa casa da
misericórdia
de vagos



EMENTA DIGITAL



Elaborado por:

Nutricionista Diana Sintra

Segunda-feira

Sopa

Sopa de alface

Prato

Jardineira de peru[9, 10, 11, 14]

Dieta

Frango cozido c/ batata, feijão-verde e cenoura

Vegetariano

Jardineira de tofu[1, 5, 6, 8, 9, 10, 11]

Sobremesa

Fruta da época

Terça-feira

Sopa

Sopa de feijão

Prato

Bacalhau fresco grelh. c/ arroz de espinafres e salada de tomate [4, 14]

Dieta

Bacalhau fresco grelh. c/ arroz de espinafres e salada de tomate [4, 14]

Vegetariano

Legumes salteados c/ grão e broa[1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 14]

Sobremesa

Fruta da época

Quarta-feira

Sopa

Sopa de abóbora e espinafres

Prato

Hambúrguer misto grelhado c/ massa e salada de alface e curgete [1, 3, 14]

Dieta

Vitela cozida c/ massa e salada de alface e curgete [1, 3, 14]

Vegetariano

Almôndegas vegetarianas c/ massa e salada de alface e curgete [1, 3, 6, 9, 10, 11, 14]

Sobremesa

Fruta da época

Quinta-feira

Sopa

Sopa de feijão-verde c/ tomate

Prato

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

Dieta

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

Vegetariano

Caril de favas c/ batata [1, 5, 8, 9, 10, 11, 14]

Sobremesa

Gelatina [1, 3, 6, 7, 8, 14]

Sexta-feira

Sopa

Sopa de curgete

Prato

Panados de frango c/ arroz de feijão e salada de alface e pimento [1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 14]

Dieta

Bife de frango estuf. natural c/ arroz e salada de alface e pimento[9, 10, 11, 14]

Vegetariano

Estufado de legumes c/ feijão-preto e arroz [9, 10, 11, 12]

Sobremesa

Fruta da época

SÁBADO

Sopa

Sopa de grão

Prato

Corvina assada ao natural c/ batata e brócolos [4]

Dieta

Corvina assada ao natural c/ batata e brócolos [4]

Vegetariano

Salada de grão de bico, milho e brócolos[1, 3, 6, 8, 12, 14]

Sobremesa

Fruta da época

DOMINGO

Sopa

Sopa juliana

Prato

Rolo de carne picada c/ arroz de alho francês e salada de alface [1, 3, 6, 7, 8, 11, 14]

Dieta

Rolo de carne picada c/ arroz de alho francês e salada de alface [1, 3, 6, 7, 8, 11, 14]

Vegetariano

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

Sobremesa

Fruta da época



ementa

26 Agosto a 01 Setembro de 2024

LANCHE

Lanche
Leite [7]
Pão c/ manteiga / marmelada[1, 7, 14]

Quinta-feira



Elaborado por:
Nutricionista Diana Sintra

Segunda-feira

Lanche
Leite [7]
Pão c/ manteiga / doce[1, 7]

Sexta-feira

Lanche
Leite [7]
Pão c/ manteiga / doce[1, 7]

Terça-feira

Lanche
Leite [7]
Pão c/ manteiga / marmelada[1, 7, 14]

SÁBADO

Lanche
Leite [7]
Pão c/ manteiga / doce[1, 7]

Quarta-feira

Lanche
Leite [7]
Pão c/ manteiga / doce[1, 7]

DOMINGO

Lanche
Leite [7]
Pão c/ manteiga / marmelada[1, 7, 14]

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

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 SESAMO
- 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.



ementa

26 Agosto a 01 Setembro de 2024

JANTAR

santa casa da
misericórdia
de vagos



Elaborado por:

Nutricionista Diana Sintra

Segunda-feira

Sopa
Sopa de alho francês
Prato
Salmão estufado ao natural c/ arroz e salada de alface [4, 14]
Dieta
Salmão estufado ao natural c/ arroz e salada de alface [4, 14]
Vegetariano
Feijoada de curgete c/ arroz [6, 12, 14]
Sobremesa
Fruta da época

Terça-feira

Sopa
Sopa de agrião
Prato
Perna de frango ass. s/ temp. c/ batata, nabo e cenoura
Dieta
Perna de frango ass. s/ temp. c/ batata, nabo e cenoura
Vegetariano
Estufado de legumes c/ cogumelos e batata[1, 5, 8, 9, 10, 11, 14]
Sobremesa
Fruta da época

Quarta-feira

Sopa
Sopa de nabo
Prato
Dourada grelhada c/ arroz de cenoura e couve-flor [4]
Dieta
Dourada grelhada c/ arroz de cenoura e couve-flor [4]
Vegetariano
Bolonhesa de soja c/ arroz de cenoura e couve-flor [1, 5, 6, 8, 9, 10, 11]
Sobremesa
Fruta da época

Quinta-feira

Sopa
Sopa de legumes
Prato
Espetada de peru gralhada c/ arroz e salada de tomate e pepino[1,4]
Dieta
Espetada de peru gralhada c/ arroz e salada de tomate e pepino[1,4]
Vegetariano
Tofu grelhado c/ arroz e salada de tomate e pepino [1, 5, 6, 8, 9, 10, 14]
Sobremesa
Fruta da época

Sexta-feira

Sopa
Creme de cenoura
Prato
Carapau cozido c/ batata e grelos [4]
Dieta
Carapau cozido c/ batata e grelos [4]
Vegetariano
Esparguete salteado c/ brócolos, cogumelos e ervilhas[1, 3, 9, 10, 14]
Sobremesa
Fruta da época

SÁBADO

Sopa
Sopa de repolho
Prato
Massa c/ legumes e carne de porco[1, 3, 9, 10, 11, 14]
Dieta
Carnes mistas cozidas c/ massa e couve [1, 3]
Vegetariano
Estufado de soja c/ massa e couve [1, 3, 5, 6, 8, 9, 10, 11]
Sobremesa
Fruta da época

DOMINGO

Sopa
Sopa de alface
Prato
Bacalhau cozido c/ batata e feijão-verde [4]
Dieta
Bacalhau cozido c/ batata e feijão-verde [4]
Vegetariano
Salada de feijão-frade[12, 14]
Sobremesa
Fruta da época

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

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 SESAMO
- 12 TREMOÇOS
- 13 MOLUSCOS
- 14 SULFITOS/DIÓXIDO DE ENXOFRE

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



ementa

26 Agosto a 01 Setembro de 2024

REFORÇO DA NOITE

Ceia
Leite e torradas [1, 7]

Quinta-feira



Elaborado por:
Nutricionista Diana Sintra

Segunda-feira

Ceia
Leite e pão c/ manteiga [1, 7]

Sexta-feira

Ceia
logurte e bolachas [1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 14]

Terça-feira

Ceia
Leite e torradas [1, 7]

SÁBADO

Ceia
logurte e bolachas [1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 14]

Quarta-feira

Ceia
Leite e pão c/ manteiga [1, 7]

DOMINGO

Ceia
logurte e bolachas [1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 14]

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

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 SESAMO
- 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.