



PEQUENO ALMOÇO



Pequeno-almoço Pão c/ leite[[1, 7]] Cevada / leite / chá[[1, 7]] Pão c/ manteiga/ doce / marmelada[[1, 7, 14]]

santa casa da misericórdia de vagos

Elaborado por:

Nutricionista Diana Sintra

Pequeno-almoço

Papa láctea/ não láctea [[1, 7] Pode conter: [2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14]] Cevada / leite / chá[[1, 7]]

Pequeno-almoço

Papa láctea/ não láctea [[1, 7] Pode conter: [2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14]] Cevada / leite / chá[[1, 7]] Pão c/ manteiga/ doce / marmelada[[1, 7, 14]]

Pequeno-almoço

Pão c/ leite[[1,7]] Cevada / leite / chá[[1, 7]] Pão c/ manteiga/ doce / marmelada[[1,7,14]] Pequeno-almoço

Pão c/ leite[[1, 7]] Cevada / leite / chá[[1, 7]] Pão c/ manteiga/ doce / marmelada[[1, 7, 14]]

Pequeno-almoço

Papa láctea/ não láctea [[1, 7] Pode conter: [2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14]] Cevada / leite / chá[[1,7]] Pão c/ manteiga/ doce / marmelada[[1,7,14]]

Pequeno-almoço

Papa láctea/ não láctea [[1, 7] Pode conter: [2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14]] Cevada / leite / chá[[1, 7]] Pão c/ manteiga/ doce / 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



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





ALMOCO





Nutricionista Diana Sintra



Sopa

Sopa de espinafres

Prato

Rancho [[1, 6, 7, 14] Pode conter: [3]]

Carnes mistas cozidas c/ massa, grão e couve [[1] Pode conter: [3]]

Rancho vegetariano[[1, 6, 14] Pode conter: [3, 5, 8, 11, 12]]

Sobremesa

Fruta da época

Sopa

Sopa primavera

ovos mexidos c/ arroz e salada de tomate[[3, 7, 14]]

Dieta

ovos mexidos c/ arroz e salada de tomate[[3, 7, 14]]

Vegetariano

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

Fruta da época

Sopa

Creme de cenoura

Atum c/ ovo e salada russa[[3, 4, 6] Pode conter: [9]]

Dieta

Atum em água c/ ovo e salada russa[[3, 4] Pode conter: [9]]

Vegetariano

Salada russa vegetariana

Sobremesa

Pudim[[7]]

Sopa

Sopa de nabiças

Prato

Frango assado c/ arroz de alho francês e salada de alface [[14] Pode conter. [9, 10, 11]]

Frango assado s/ tempero c/ arroz de alho francês e salada de alface [[14]]

Arroz de legumes, cogumelos e lentilhas[[14]]

Sobremesa

Fruta da época

Sopa

Sopa de Favas

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

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

Vegetariano

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

Fruta da época

Sopa

Sopa de legumes

Carne de porco assada c/ arroz e salada de alface e tomate [[14]]

Carne de porco assada c/ arroz e salada de alface e tomate [[14]]

Vegetariano

Strogonoff soja c/ cogumelos, arroz e salada alface e tomate [[6, 14] Pode

Sobremesa

Fruta da época

Sopa

Sopa de repolho

Vitela estufada c/ cogumelos, arroz e salada de tomate [[14]]

Vitela estufada c/ cogumelos, arroz e salada de tomate [[14]]

Vegetariano

Tofu grelhado c/ arroz e salada de tomate [[1, 6, 14] Pode conter: [5, 8, 9, 10]]

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)









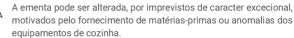
















LANCHE







Elaborado por:

Nutricionista Diana Sintra

logurte c/ fruta[[7] Pode conter: [6]] Cevada / leite / chá[[1,7]] Pão c/ manteiga/ doce / marmelada[[1, 7, 14]]

Lanche

Lanche

Cevada / leite / chá[[1, 7]]

Pão c/ fiambre [[1, 6, 7, 9] Pode conter: [3, 10, 14]]

logurte c/ fruta[[7] Pode conter: [6]] Cevada / leite / chá[[1, 7]] Pão c/ manteiga/ doce / marmelada[[1, 7, 14]]

Papa láctea/ não láctea [[1, 7] Pode conter: [2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14]]

Papa láctea/ não láctea [[1, 7] Pode conter: [2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14]] Cevada / leite / chá[[1,7]] Pão c/ queijo[[1, 3, 7]]

Papa láctea/ não láctea [[1, 7] Pode conter: [2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14]] Cevada / leite / chá[[1, 7]] Pão c/ manteiga/ doce / marmelada[[1, 7, 14]]

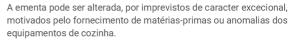
Lanche

logurte c/ fruta[[7] Pode conter: [6]] Cevada / leite / chá[[1,7]] Pão c/ manteiga/ doce / marmelada[[1,7,14]] Lanche

logurte c/ fruta[[7] Pode conter: [6]] Cevada / leite / chá[[1, 7]] Pão c/ manteiga/ doce / 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









JANTAR







Nutricionista Diana Sintra



Sopa de couve-flor

Prato

Perca grelhada c/ batata e salada de alface e tomate[[4, 14]]

Perca grelhada c/ batata e salada de alface e tomate[[4, 14]]

Salada fria de couscous e ervilhas [[1, 6, 8, 9] Pode conter: [5, 10, 11, 12]]

Sobremesa

Fruta da época



Sopa

Sopa de couve lombarda

Bife de porco abafado c/ arroz e salada alface e curgete [[14] Pode

Dieta

Bife de porco abafado c/ arroz e salada alface e curgete [[14] Pode

Vegetariano

Almôndegas veg. c/ arroz e salada de alface e curgete [[1, 6, 9, 14] Pode

Sobremesa

Fruta da época

Sopa

Sopa de nabo

Prato

Carapau grelhado c/ batata e feijão-verde[[4]]

Carapau grelhado c/ batata e feijão-verde[[4]]

Vegetariano

Jardineira de cogumelos

Sobremesa

Fruta da época

Sopa

Sopa de alho francês

Bacalhau assado c/ broa, batata e grelos[[1, 4] Pode conter: [3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,

Dieta

Bacalhau assado c/ broa, batata e grelos[[1, 4] Pode conter: [3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,

Massa siciliana (Grão, alho-francês, cenoura, tomate e azeitonas)[[1, 14] Pode conter: [3, 6, 8, 10

Sobremesa

Fruta da época

Sopa de abóbora e alface

Arroz de peru c/ salada de alface[[14] Pode conter: [9, 10, 11]]

Dieta

Arroz de peru c/ salada de alface[[14] Pode conter: [9, 10, 11]]

Vegetariano

Estufado de soja c/ arroz de espinafres e salada de alface [[6, 14] Pode conter: [1, 5, 8, 9, 10, 11]]

Sobremesa

Fruta da época

Sopa

Sopa de curgete

Maruca cozida c/ batata e couve[[4]]

Maruca cozida c/ batata e couve[[4]]

Vegetariano

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

Sobremesa

Fruta da época

Sopa

Creme de legumes

Abrótea cozida c/ batata e couve [[4]]

Abrótea cozida c/ batata e couve [[4]]

Vegetariano

Lentilhas estufadas c/ legumes e batata

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











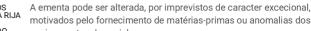












Reforço

Leite, chá e bolachas[[1, 3, 6, 7, 11, 14] Pode conter: [5, 8]]

santa casa da misericórdia de vagos



Elaborado por:

Nutricionista Diana Sintra

Reforço

Leite, chá e bolachas[[1, 3, 6, 7, 11, 14] Pode conter: [5, 8]]

Reforço

Leite, chá e bolachas[[1, 3, 6, 7, 11, 14] Pode conter: [5, 8]]

Leite, chá e bolachas[[1, 3, 6, 7, 11, 14] Pode conter: [5, 8]]

Leite, chá e bolachas[[1, 3, 6, 7, 11, 14] Pode conter: [5, 8]]

Reforço

Leite, chá e bolachas[[1, 3, 6, 7, 11, 14] Pode conter: [5, 8]]

Reforço

Leite, chá e bolachas[[1, 3, 6, 7, 11, 14] Pode conter: [5, 8]]

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

