



ementa

22 a 23

DEZEMBRO de

santa casa da
misericórdia
de vagos 

— Quarta-feira —

Segunda-feira

Suplemento da manhã

Bolachas [Contém: 1,3,6,7,11,12 Pode conter: 5,8,10]

Sopa

Creme de abóbora c/ borrego

Sopa de nabo

Prato

Bife à espanhola c/ salada de alface [Contém: 12]

Dieta

Bife à espanhola c/ salada de alface [Contém: 12]

Vegetariano

Creme de abóbora c/ grão [Pode conter: 9]

Estufado de legumes c/ grão e massa [Contém: 1,12 Pode conter: 3,6,8,9,10,11,13]

Sobremesa

Fruta da época / Maçã cozida

Lanche

Iogurte c/ pera [Contém: 7 Pode conter: 6]

Leite e pão c/ manteiga [Contém: 1,7]

— Quinta-feira —

Terça-feira

Suplemento da manhã

Pera

Sopa

Creme de alface c/ abrótea [Contém: 4]

Sopa de feijão-frade

Prato

Corvina assada ao natural c/ arroz e legumes salteados [Contém: 4,12]

Dieta

Corvina assada ao natural c/ arroz e legumes salteados [Contém: 4,12]

Vegetariano

Creme de alface c/ tofu [Contém: 1,6 Pode conter: 5,8,9,10,11,12]

Tofu salteado c/ legumes e arroz [Contém: 1,6,12 Pode conter: 5,8,9,10,11]

Sobremesa

Fruta da época/Diospiro

Lanche

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

Pão c/ queijo [Contém: 1,3,7]

— Sexta-feira —

LEGENDA (? = pode conter Declaração Nutricional por 100 g)													
1 GLÚTEN	2 CRUSTÁCIOS	3 OVOS	4 PEIXE	5 AMENDOIM	6 SOJA	7 LEITE	8 FRUTOS CASCA RIJA	9 APIO	10 MOSTARDA	11 SEMENTES DE SESAMO	12 SULFITOS/DIÓXIDO DE ENXOFRE	13 TREMOÇOS	14 MOLUSCOS

Se é alérgico ou intolerante a algumas das substâncias acima peça mais informação acerca da presença das mesmas nos pratos que constituem a ementa.
A ementa pode ser alterada por imprevistos de carácter excepcional, motivados pelo fornecimento de matérias-primas ou anomalias dos equipamentos de cozinha.

Nutricionista Diana Sintra

