



EMENTA ALMOÇO E JANTAR SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE VILA FRANCA DO CAMPO

E1

ALMOÇO

JANTAR

2ª Feira	Sopa	Juliana de legumes	Creme de couve-flor
	Prato Geral	Salada de atum, batata, tomate, azeitonas, pimento, grão e salsa ^{4,8,13}	Massada de frango gratinada com legumes ^{1,3,8,12}
	Sobremesa	Fruta da época	Gelatina
3ª Feira	Sopa	Espinafres	Creme abóbora
	Prato	Pescada à Brás + brócolos salteados c/ alho ^{3,4,8,13}	Favas guisadas com ovo e chouriço + cenoura cozida ^{3,12}
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta assada
4ª Feira	Sopa	Feijão-verde	Grão com espinafres
	Prato	Hambúrguer estufado c/ tomate + massa espiral c/ milho ^{1,3,10,12}	Tentáculos de pota assados com batata assada + salada de alface e tomate ^{1,14}
	Sobremesa	Pudim <i>flan</i> ⁷	Salada de fruta
5ª Feira	Sopa	Couves, cenoura, batata e macarrão ^{1,3}	Creme de legumes
	Prato	Chicharros fritos c/ molho de vilão, batata cozida e salada de alface e pepino ^{1,4,12}	Bifanas estufadas + massa espiral c/ feijão-verde ^{1,3,12}
	Sobremesa	Gelatina	Fruta da época
6ª Feira	Sopa	Ervilha	Cenoura com hortelã
	Prato	Frango assado com cerveja + arroz branco de cenoura ^{1,3,7,13}	Filetes de pescada fritos + batata cozida c/ molho verde + brócolos cozidos ^{1,4}
	Sobremesa	Fruta da época	Pudim tipo Boca-doce ^{1,3,7}
Sábado	Sopa	Carne com repolho ^{1,3,12}	Creme de abóbora e nabiça picada
	Prato	Sardinhas assadas com alho, pimentão e limão + salada de feijão-frade com batata e tomate ⁴	Panados de frango + puré de batata + salada de tomate e pepino ^{1,3,6,7,10,12}
	Sobremesa	Fruta assada	Fruta da época
Domingo	Sopa	Couves aferventadas	Creme de curgete
	Prato	Cozido à Portuguesa ^{1,12}	Peixe vermelho assado com cenoura às rodelas e arroz de cenoura + couve-flor ^{4,12}
	Sobremesa	Pudim de oreo ^{1,7}	Fruta da época

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: : 1 – Cereais que contêm glúten; 2 – Crustáceos; 3 – Ovos; 4 – Peixe; 5 – Amendoins; 6 – Soja; 7 – Leite; 8 – Frutos de casca rija; 9 – Aipo; 10 – Mostarda; 11 – Sementes de sésamo; 12 – Dióxido de enxofre e sulfitos; 13 – Tremoços; 14 – Moluscos.
Ementa sujeita a alterações sem aviso prévio



Santa Casa da Misericórdia de Vila Franca do Campo
A Nutricionista: Sandy Mota CP nº 3492N