

**E3**

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

ALMOÇO**JANTAR**

2ª Feira	Sopa	Tomate	Cenoura
	Prato Geral	Atum gratinado c/ massa e brócolos ^{1,3,4,8,13}	Hambúrgueres estufados c/ puré de batata + salada de milho e cenoura cozidos ^{1,3,6,7,12}
	Sobremesa	Fruta da época	Gelatina
3ª Feira	Sopa	Nabiça	Alho-francês
	Prato	Chicharro assado c/ cebolada + batata cozida + salada de alface e cenoura ^{4,12}	Favas guisadas com chouriço e ovo ^{3,12}
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta assada
4ª Feira	Sopa	Couves, cenoura, batata e massa pevide ^{1,3}	Feijão-verde
	Prato	Frango assado + arroz branco + feijão-verde salteado com alho ¹²	Pescada frita + batata cozida + brócolos salteados c/ alho ^{1,4,12}
	Sobremesa	Pudim <i>flan</i> ⁷	Salada de fruta
5ª Feira	Sopa	Grão com cenoura	Caldo Verde ¹²
	Prato	Torresmos + batata cozida + feijão-verde ¹²	Omelete de cebola e salsa + massa espiral c/ tomilho e jardineira ^{1,3}
	Sobremesa	Gelatina	Fruta da época
6ª Feira	Sopa	Feijão com cenoura	Abóbora com letrinhas ^{1,3}
	Prato	Filetes de pescada fritos + batata-doce cozida + salada de pepino e tomate ^{4,12}	Almôndegas estufadas com molho de tomate e brócolos + puré de batata ^{4,12}
	Sobremesa	Fruta da época	Pudim tipo Boca-doce ^{1,3,7}
Sábado	Sopa	Canja de galinha ³	Espinafres
	Prato	Feijoada à transmontana ^{1,12}	Chili (carne de vaca moída, soja, feijão) + arroz branco + Couve-flor ¹²
	Sobremesa	Fruta assada	Fruta da época
Domingo	Sopa	Ervilha	Creme de legumes com massa pevide ^{1,3}
	Prato	Isclas de fígado à Regional com batata rosada + salada de alface e cebola ¹²	Caldeirada de peixes + brócolos ⁴
	Sobremesa	<i>Mousse</i> de chocolate ^{1,3,7}	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