



Ementa - Misericórdia de São Pedro do Sul



Semana: 06/jan a 12/jan

| | | Almoço | Jantar |
|--------------------|--------|--|---|
| Segunda - feira | Sopa | Creme de abobora com espinafres | Sopa de couve repolho |
| | Prato | Paloco à brás | Arroz de frango |
| | Dieta | Paloco cozido com batata cozida ⁴ | Frango grelhado com arroz seco |
| | Salada | Tomate e cenoura | Alface |
| | 06/jan | Sobremesa | Bolo Rei |
| Terça - feira | Sopa | Sopa de feijão verde | Sopa de alho francês com grão |
| | Prato | Feijoada | Pescada estufada com batata cozida ⁴ |
| | Dieta | Lombinho de porco estufado ao natural com esparguete ^{1,3,12} | Pescada estufada ao natural com batata cozida ⁴ |
| | Salada | Brócolos | Couve mineira |
| | 07/jan | Sobremesa | Clementina |
| Quarta - feira | Sopa | Sopa de brócolos | Sopa de cebola |
| | Prato | Filete Panga estufado com puré | Massa à lavrador sem feijão ^{1,3,6,12} |
| | Dieta | Medalhões de pescada com batata cozida | Massa com carne ao natural ^{1,3} |
| | Salada | Salada mista | Couve lombarda e cenoura cozidos |
| | 08/jan | Sobremesa | Aletria |
| Quinta - feira | Sopa | Sopa de cenoura e massinha ^{1,3} | Sopa de espinafres |
| | Prato | Migas com grelhada mista (frango, salsicha, entremeada) | Dourada no forno com arroz de cenoura ⁴ |
| | Dieta | Migas com grelhada mista (frango, salsicha, entremeada) | Dourada no forno ao natural com arroz de cenoura ⁴ |
| | Salada | Brócolos | Legumes assados ao natural |
| | 09/jan | Sobremesa | Laranja |
| Sexta - feira | Sopa | Sopa portuguesa | Creme de couve flor |
| | Prato | Açorda de bacalhau ^{1,3,4,5,6,7,8,11} | Empadão de carne ^{7,12} |
| | Dieta | Bacalhau assado com batata a murro ⁴ | Carne estufada ao natural com batata cozida ¹² |
| | Salada | Repolho cozido | Salada mista |
| | 10/jan | Sobremesa | Clementina |
| Sábado | Sopa | Creme de lentilhas ^{1,6,10,11} | Sopa de cenoura |
| | Prato | Frango estufado com cenoura e Batata frita | Paloco à gomes de sá ^{3,4} |
| | Dieta | Frango estufado ao natural com cenoura e arroz branco ¹² | Paloco à gomes de sá ^{3,4} |
| | Salada | Alface | Couve lombarda |
| | 11/jan | Sobremesa | Pera |
| Domingo | Sopa | Creme de legumes | Juliana de legumes |
| | Prato | Cozido à Portuguesa | Perca assada com batatinha ⁴ |
| | Dieta | Cozido à Portuguesa | Perca assada ao natural com batatinha ⁴ |
| | Salada | Couve e cenoura incluída no prato | Legumes assados |
| | 12/jan | Sobremesa | Leite creme ^{1,3,7,8,12} |

Alergênicos: 1. Cereais que contêm glúten; 2. Crustáceos; 3. Ovos e produtos à base de ovo; 4. Peixes; 5. Amendoins; 6. Soja; 7. Leite e produtos à base de leite; 8. Frutos de casca rija; 9. Aipo; 10. Mostarda; 11. Sementes de Sésamo; 12. Dióxido de Emxofre e Sulfitos; 13. Tremoço; 14. Moluscos. Esta ementa pode sofrer alterações.