



## Ementa - Misericórdia de São Pedro do Sul



Semana:

07-abr a 13-abr

		Almoço	Jantar
Segunda - feira  07-abr	Sopa	Creme de cenoura	Sopa de brócolos
	Prato	Carne de porco à alentejana <sup>2,12,14</sup>	Filetes panados com arroz de cenoura e ervilhas <sup>4</sup>
	Dieta	Costeleta grelhada com batata cozida	Filetes de pescada com arroz de cenoura e ervilhas <sup>4</sup>
	Salada	Alface	Tomate
	Sobremesa	Laranja	Salada de frutas
Terça - feira  08-abr	Sopa	Canja <sup>1,3</sup>	Creme de abóbora e espinafres
	Prato	Salmão grelhado com batata a murro	Arroz de carne no forno com chourico
	Dieta	Solha grelhado com batata a murro	Arroz de carne no forno sem chourico
	Salada	Couve e cenoura	Salada Mista
	Sobremesa	Clementina	Ovo estrelado
Quarta - feira  09-abr	Sopa	Sopa de couve flor	Sopa de feijão verde com grão
	Prato	Empadao de esparquete com carne	Potas estufadas com arroz branco
	Dieta	Bife de frango grelhado com esparquete	Abrótea ao natural com arroz branco
	Salada	Salada mista	Alface
	Sobremesa	Pudim flan	Pera assada
Quinta - feira  10-abr	Sopa	Sopa de alho francês	Creme de lentilhas <sup>1,6,10,11</sup>
	Prato	Pataniscas de bacalhau com arroz de tomate	Massa de carnes com cenoura
	Dieta	Paloco com todos <sup>4</sup>	Massa de carnes com cenoura
	Salada	Alface	Salada mista
	Sobremesa	Laranja	Gelatina
Sexta - feira  11-abr	Sopa	Sopa de cebola	Juliana de legumes
	Prato	Panados de frango com arroz de feijão	Abrotea no forno com batata assada
	Dieta	Bife de frango grelhado com arroz branco	Potas estufadas ao natural com batata cozida
	Salada	Salada mista	Repolho e cenoura
	Sobremesa	Bolo de laranja	Maça assada
Sábado  12-abr	Sopa	Sopa de curgete e cenoura	Sopa de couve repolho
	Prato	Arroz de peixes com miolo de camarão <sup>2,4</sup>	Tirinhas de frango estufadas com cogumelos e natas com esparquete <sup>1,3,7,12</sup>
	Dieta	Arroz de peixes ao natural <sup>4</sup>	Tirinhas de frango estufadas com esparquete <sup>1,3,12</sup>
	Salada	Alface	Alface
	Sobremesa	Clementina	logurte
Domingo  13-abr	Sopa	Sopa de cenoura com massinha	Creme de legumes
	Prato	Frango assado com batata e arroz branco <sup>12</sup>	Alheira com arroz branco
	Dieta	Frango assado ao natural com batata e arroz branco <sup>12</sup>	Bife de frango grelhado com arroz branco
	Salada	Salada mista	Couve lombarda
	Sobremesa	Mousse de chocolate <sup>1,3,6,7,8,12</sup>	Maça assada

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.**