



Ementa - Misericórdia de São Pedro do Sul



Semana:

23-jun a 29-jun

		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	
	23-jun	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
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	
	24-jun	Salada	Brócolos	Salada de Alface
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	
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}	
	25-jun	Salada	Salada mista	Couve lombarda e cenoura cozidos
	Sobremesa	Aletria	Fruta da época	Fruta da época
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	
	26-jun	Salada	Incluída no prato	Salada Mista
	Sobremesa	Fruta da época	Tarte de maçã	Tarte de maçã
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	
	27-jun	Salada	Repolho cozido	Salada mista
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
Sábado	Sopa	Creme de lentilhas ^{1,6,10,11}	Sopa de cenoura	
	Prato	Frango estufado com cenoura e Batata frita	Paloco à gomes de sã ^{3,4}	
	Dieta	Frango estufado ao natural com cenoura e arroz branco ¹²	Paloco à gomes de sã ^{3,4}	
	28-jun	Salada	Alface	Couve lombarda
	Sobremesa	Fruta da época	Gelatina	Gelatina
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	
	29-jun	Salada	Couve e cenoura incluída no prato	Legumes assados
	Sobremesa	Leite creme ^{1,3,7,8,12}	Fruta da época	Fruta da época

Alergénios: 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 rijã; 9. Aipo; 10. Mostarda; 11. Sementes de Sésamo; 12. Dióxido de Emxofre e Sulfitos; 13. Tremço; 14. Moluscos. **Esta ementa pode sofrer alterações.**