



Ementa - Misericórdia de São Pedro do Sul



Semana:

30-jun a 06-jul

		Almoço	Jantar
Segunda - feira	Sopa	Creme de abóbora	Sopa de couve repolho
	Prato	Frango no forno c/ batata frita e arroz	Salada russa com atum e ovo ^{1,3,4,5,6,7,10,11,12}
	Dieta	Frango no forno c/ arroz	Salada russa com atum e ovo ^{3,4}
	Salada	Alface	Feijão verde cozido
	Sobremesa	Bolo de aniversário	Pera Assada
30-jun		Dia de Aniversário	
Terça - feira	Sopa	Sopa de feijão verde	Sopa de macedónia
	Prato	Batata cozida com carapau grelhado e molho verde	Arroz de aves no forno ^{6,12}
	Dieta	Batata cozida com carapau grelhado e molho verde	Arroz de aves no forno
	Salada	salada com pimentos	Salada mista
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
01-jul			
Quarta - feira	Sopa	Sopa de brócolos	Sopa de feijão verde
	Prato	Massada de fusilli com cenoura e frango estufado ^{1,3}	Peixe vermelho assado com batata assada ⁴
	Dieta	Fusilli sem refogado com frango e cenoura ^{1,3}	Peixe vermelho assado com batata assada ⁴
	Salada	Salada mista	Alface
	Sobremesa	Fruta da época	Salada de Fruta
02-jul			
Quinta - feira	Sopa	Sopa de legumes com massinha ^{1,3}	Sopa de espinafres
	Prato	Bolinhos de bacalhau e arroz de feijão vermelho ^{1,3,4}	Bife de frango grelhado com massa esparguete ^{1,3}
	Dieta	Filete de pescada no forno ao natural com arroz de cenoura ⁴	Bife de frango grelhado com massa esparguete ^{1,3}
	Salada	Alface	Brócolos cozidos
	Sobremesa	Mousse de Ananás	Maça assada
03-jul			
Sexta - feira	Sopa	Sopa de alho francês	Sopa de cenoura e curgete
	Prato	Rancho ^{1,3,6,12}	Massada de peixe à pescador ^{1,3,4}
	Dieta	Bifinhos de peru estufados ao natural com batata cozida ¹²	Massada de pescada ao natural ^{1,3,4}
	Salada	Salada mista	Salada de tomate e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época	Ovo estrelado (pêssego/ananas em calda)
04-jul			
Sábado	Sopa	Sopa de feijão com couve	Sopa de couve-flor
	Prato	Pescada cozida com todos ^{3,4}	Arroz de cenoura com ervilhas e bife de frango grelhado
	Dieta	Pescada cozida com todos ^{3,4}	Arroz de cenoura com ervilhas e bife de frango grelhado
	Salada	Couve repolho e cenoura	Salada de cenoura ripada
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
05-jul			
Domingo	Sopa	Creme de cenoura	Creme de ervilhas
	Prato	Lombo de porco assado com batata e arroz branco ¹²	Arroz vinha D'álhos
	Dieta	Lombo de porco assado ao natural com batata assada ¹²	Arroz de carne ao natural
	Salada	Alface	Alface
	Sobremesa	Pudim Flan ⁷	Pera assada
06-jul			

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