



Ementa - Misericórdia de São Pedro do Sul



Semana:

03/nov a 09/nov

		Almoço	Jantar
Segunda - feira	Sopa	Creme de cenoura	Sopa de brócolos
	Prato	Carne de porco à alentejana ^{2,12,14}	Filetes panados com arroz de cenoura e ervilhas ⁴
	Dieta	Costeleta grelhada com batata cozida	Filetes de pescada no forno com arroz de cenoura e ervilhas ⁴
	Salada	Alface	Tomate
	Sobremesa	Fruta da época	Salada de frutas
03/nov			
Terça - feira	Sopa	Canja ^{1,3}	Creme de abóbora e espinafres
	Prato	Salmão grelhado com batata a murro	Arroz de carne no forno com chourico
	Dieta	Solha grelhada com batata a murro	Arroz de carne no forno sem chourico
	Salada	Feijão verde	Salada Mista
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
04/nov			
Quarta - feira	Sopa	Sopa de couve flor	Sopa de feijão verde com grão
	Prato	Panados de frango com arroz de feijão	Potas estufadas com arroz branco
	Dieta	Bife de frango grelhado com arroz branco	Filetes de pescada no forno com arroz branco
	Salada	Salada mista	Alface
	Sobremesa	Bolo de bolacha	Pera assada
05/nov			
Quinta - feira	Sopa	Sopa de alho francês	Creme de lentilhas ^{1,6,10,11}
	Prato	Pataniscas de bacalhau com arroz de tomate	Massa de carnes com cenoura
	Dieta	Paloco com todos ⁴	Massa de carnes com cenoura
	Salada	Alface	Salada mista
	Sobremesa	Fruta da época	Gelatina
06/nov			
Sexta - feira	Sopa	Sopa de cebola	Juliana de legumes
	Prato	Empadão de esparguete com carne	Filetes de pescada no forno com batata assada
	Dieta	Bife de frango grelhado com esparguete	Filete pescada ao natural com batata cozida
	Salada	Salada Mista	Repolho e cenoura
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
07/nov			
Sábado	Sopa	Sopa de curgete e cenoura	Sopa de couve repolho
	Prato	Arroz de peixes com miolo de camarão ^{2,4}	Tirinhas de frango estufadas com cogumelos e natas com esparguete ^{1,3,7,12}
	Dieta	Arroz de peixes ao natural ⁴	Tirinhas de frango estufadas com esparguete ^{1,3,12}
	Salada	Alface	Alface
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época
08/nov			
Domingo	Sopa	Sopa de couve portuguesa	Creme de legumes
	Prato	Feijoada ^{6,12}	Alheira no forno com arroz branco
	Dieta	Frango estufado com arroz branco ¹²	Bife de frango grelhado com arroz branco
	Salada	Repolho	Couve lombarda
	Sobremesa	Aletria ^{1,3,6,7}	Maça assada
09/nov			

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 Enxofre e Sulfitos; 13. Tremoço; 14.

Moluscos. **Esta ementa pode sofrer alterações.**