

















26 a 2 Dezembro 2018

Almoço	Segunda-feira	Jantar
 Sopa de grão-de-bico / canja Filetes fritos com feijão-frade Filetes no forno c/ macedónia de legumes Laranja/Maça cozida	 Sopa Geral Dieta Sobremesa	Sopa de grão-de-bico / canja Pá de porco assado com batata assada Pá de porco assado com batata assada Salada de Fruta/ pêra ralada
Almoço	Terça-feira	Jantar
 Sopa de Nabiças/ Sopa da dieta Frango estufado com Puré Frango estufado simples com puré Laranja/Maça cozida	 Sopa Geral Dieta Sobremesa	Sopa de Nabiças / sopa dieta Pataniscas de bacalhau com arroz de tomate Arroz de bacalhau Maça / maça assada
Almoço	Quarta-feira	Jantar
 Sopa de espinafres / sopa de dieta Pescada espiritual Pescada cozida com batata cozida Tangerinas/ maça cozida	 Sopa Geral Dieta Sobremesa	Sopa de espinafres / sopa de dieta Almôndegas estufadas com esparguete Almôndegas estufadas simples c/ esparguete Pera / maça ralada
Almoço	Quinta-feira	Jantar
 Sopa de couve portuguesa/ sopa de dieta Empadão de atum com hortaliça Red fihs assado com puré de batata Banana/ maça cozida	 Sopa Geral Dieta Sobremesa	Sopa de couve portuguesa/ sopa dieta Medalhões de pescada açorda de tomate Medalhões de Pescada açorda simples Maça assada / maça ralada com laranja
Almoço	Sexta-feira	Jantar
 Sopa de juliana/sopa de dieta Feijoada Bife de peru estufado esparguete Gelatina/ salada de frutas	 Sopa Geral Dieta Sobremesa	Sopa de juliana /sopa de dieta Salsichas com ovos mexidos e batata frita Abrotea cozida com batata cozida Banana
Almoço	Sábado	Jantar
 Sopa de Creme de ervilhas / sopa dieta Arroz de vitela Arroz simples de vitela Papas	 Sopa Geral Dieta Sobremesa	Sopa de Creme de ervilhas / sopa dieta Empadão de aves Empadão simples de aves Maça Cozida
Almoço	Domingo	Jantar
 Sopa de legumes/ sopa dieta Bacalhau com grão Bacalhau cozido com batata cozida Pudim // maça cozida	 Sopa Geral Dieta Sobremesa	Sopa de legumes/ sopa de dieta Vitela estufada batata assada Vitela estufada simples batata assada Laranja / maça cozida

Pequeno-almoço*: café preto c/s açúcar; chá preto c/s açúcar; chá de ervas c/s açúcar; doce; leite; leite magro; leite com café c/s açúcar; manteiga; Nestum®; pão integral; papo-seco; queijo.

Lanche*: café preto c/s açúcar; chá preto c/s açúcar; chá de ervas c/s açúcar; doce; fiambre; leite; leite magro; leite com café c/s açúcar; manteiga; marmelada; Nestum®; paio; pão integral; papo-seco; queijo.

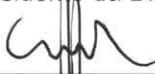
Ceia*: bolacha de água e sal; bolacha Maria café preto c/s açúcar; chá preto c/s açúcar; chá de ervas c/s açúcar; doce; fruta da época; iogurte natural e aromas; leite; leite magro; leite com café c/s açúcar; manteiga; Nestum®; pão integral; papo-seco; queijo.

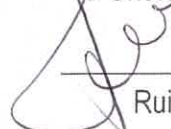
* Adaptado à dieta **NOTA**: A refeição do jantar em SAD corresponde à ementa do almoço

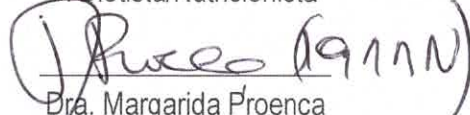
O Presidente da Direcção

O Chefe de Cozinha

A Dietista/Nutricionista


Dr. José Luis Brito Rocha


Rui Pereira


Dra. Margarida Proença