



Casa do Povo de Vila Nova de Anços

Instituição Particular de Solidariedade Social  
Pessoa Coletiva de Utilidade Pública



Ementa Semanal - \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ A \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

	Almoço	Peq. Alm/Lanche	Jantar
2.ª Feira	Sopa: Legumes (1) <b>Prato principal:</b> Feijoada (2,5, 14) <b>Dieta:</b> Frango cozido com batata cozida e salada de alface (14) Sobremesa: Fruta	Café c/leite Pão c/queijo	Sopa: Legumes (1) <b>Prato principal / Dieta:</b> Abrótea (1) assada com arroz de tomate (14) e salada de alface (14) Sobremesa: Fruta
3.ª Feira	Sopa: Feijão encarnado <b>Prato principal / Dieta:</b> Peixe (10) cozido com todos Sobremesa: Fruta	Café c/leite Pão c/manteiga	Sopa: Feijão encarnado <b>Prato principal / Dieta:</b> Esparguete (1) c/ cubinhos de perú estufado Sobremesa: Fruta
4.ª Feira	Sopa: Canja (1) <b>Prato principal / Dieta:</b> Frango estufado c/ arroz branco e salada mista (14) Sobremesa: Gelatina	Café c/leite Pão c/fiambre	Sopa: Canja (1) <b>Prato principal / Dieta:</b> Peixe assado(10) c/ batata e salada de alface (14) Sobremesa: Fruta
5.ª Feira	Sopa: Caldo Verde <b>Prato principal / Dieta:</b> Bacalhau (10) com grão ensalsado Sobremesa: Fruta	Café c/leite Pão c/marmelada	Sopa: Caldo Verde <b>Prato principal:</b> Bifes de perú grelhados c/ arroz tomate (14) e salada de alface (14) <b>Dieta:</b> Frango cozido c/ arroz branco e salada de alface Sobremesa: Fruta
6.ª Feira	Sopa: Nabiças (1) <b>Prato principal / Dieta:</b> Entrecosto assado com esparguete (1) e salada de alface Sobremesa: Fruta	Café c/leite Pão c/manteiga	Sopa: Nabiças (1) <b>Prato principal / Dieta:</b> Pescada (10) estufada c/ cenoura, batata e couve flor Sobremesa: Fruta
Sábado	Sopa: Creme de ervilhas com couve <b>Prato principal / Dieta:</b> Peixe (10) assado no forno c/ batata aos cubos e salada de alface (14) Sobremesa: Fruta	Café c/leite Pão c/queijo	Sopa: Creme de ervilhas com couve <b>Prato principal / Dieta:</b> Macarrão (1) riscado c/ carne de vaca estufada e legumes Sobremesa: Fruta
Domingo	Sopa: Grão <b>Prato principal / Dieta:</b> Pá de porco estufada com arroz de ervilhas Sobremesa: Fruta	Café c/leite Pão c/fiambre	Sopa: Grão <b>Prato principal / Dieta:</b> Pescada (10) estufada com batata e legumes Sobremesa: Fruta

A ementa pode sofrer alterações, todos os pratos são acompanhados c/legumes cozidos ou saladas, a Instituição disponibiliza ementas vegetarianas.

Nota: Alergenos eventualmente presentes na refeição: 1 - Cereais c/ glúten; 2 - Leite (lactose); 3 - Aipo; 4 - Tremoço; 5 - Soja; 6 - Sementes de sésamo; 7 - Ovo; 8 - Crustáceos; 9 - Molúscos; 10- Peixe; 11 - Amendoim; 12 - Frutos de casca rijia; 13 - Mostarda; 14 - Dióxido enxofre e sulfitos.

A Nutricionista

Sofia Isabel Freitas