santa casa misericórdia gondomar

EMENTA

Semana de 2 de novembro a 6 de novembro de 2026

Segunda-feira	
Sopa	Creme de cenoura
Prato Normal	Rancho, com massa, grão de bico, cenoura e coração estufados
Prato Dieta	Rancho "ao natural", com massa, grão de bico, cenoura e coração estufad
Sobremesa	Pêra
Lanche	Leite/chá/cevada e pão com fiambre

Terça-feira	
Sopa	Sopa de espinafres
Prato Normal	Carapau grelhado com batata a murro e salada de alface
Prato Dieta	Carapau grelhado com batata a murro e salada de alface
Sobremesa	Maçã
Lanche	Leite/chá/cevada e pão com marmelada

Quarta-feira	
Sopa	Sopa de abóbora com sabóia
Prato Normal	Frango frito com arroz de legumes (cenoura, ervilha e coração)
Prato Dieta	Frango grelhado com arroz de legumes (cenoura, ervilha e coração)
Sobremesa	Laranja
Lanche	Leite/chá/cevada e pão com queijo

Quinta-feira	
Sopa	Sopa juliana
Prato Normal	Abrótea estufada com batata e coração cozidos
Prato Dieta	Abrótea estufada "ao natural" com batata e coração cozidos
Sobremesa	Banana
Lanche	Leite/chá/cevada e pão com manteiga

Sexta-feira	
Sopa	Sopa de nabos
Prato Normal	Perú assado com arroz de ervilhas e salada de tomate
Prato Dieta	Perú assado "ao natural" com arroz de ervilhas e salada de tomate
Sobremesa	Aletria
Lanche	Leite/chá/cevada e pão com queijo

Ementa sujeita a alterações. A bebida a ser fornecida à refeição é água/vinho (mediante indicação médica).