santa casa misericórdia gondomar

EMENTA
CREDE

Semana de 9 de novembro a 13 de novembro de 2026

Segunda-feira	
Reforço da Manhã	Pêra com gressinos
Sopa	Creme de legumes
Almoço	Abrótea cozida com todos (batata, cenoura, coração e ovo)
Sobremesa	Maçã
Lanche	Leite simples e pão de centeio com manteiga

Terça-feira	
Reforço da Manhã	Maçã com pão de centeio simples
Sopa	Sopa de alho francês
Almoço	Costeleta à salsicheiro "ao natural" com esparguete e salada de tomate
Sobremesa	Banana
Lanche	Cerelac (-40% de çúcares adicionados)

Quarta-feira	
Reforço da Manhã	Uva com tostas
Sopa	Sopa de nabos com feijão
Almoço	Salmão grelhado com arroz de legumes
Sobremesa	Pêra
Lanche	Iogurte de aroma/Iogurte natural e pão de centeio com fiambre

Quinta-feira	
Reforço da Manhã	Banana com pão de centeio simples
Sopa	Sopa de sabóia
Almoço	Coelho estufado com batata cerejada e salada de alface
Sobremesa	Kiwi
Lanche	Leite simples com bolacha de água e sal

Sexta-feira	
Reforço da Manhã	Manga com tostas
Sopa	Sopa de couve branca
Almoço	Arroz de tentáculos de pota com tomate e salsa
Sobremesa	Meloa
Lanche	Iogurte líquido e pão de centeio com queijo

Ementa sujeita a alterações. A bebida a ser fornecida à refeição é água.