



EMENTA SEMANAL HOSPITAL E UCCI'S

A NUTRICIONISTA/DIETISTA,

Ana Miranda

SEMANA DE

08-02-2021

A

14-02-2021

SEGUNDA-FEIRA

TERÇA-FEIRA

QUARTA-FEIRA

QUINTA-FEIRA

SEXTA-FEIRA

SABADO

DOMINGO

A L M O Ç O

SOPA GERAL	Sopa de espinafres	Sopa de legumes	Sopa de feijão verde	Caldo Verde	Sopa de nabos	Sopa de alho francês	Sopa de legumes
PRATO GERAL	Jardineira	Pescada frita com arroz de tomate	Coelho estufado com massa espiral	Carapau grelhado com batata cozida, legumes e molho verde	Bife de peru panado com arroz colorido	Arroz de tentáculos de pota	Cozido à portuguesa
SALADA		Salada juliana	Salada tomate e pepino		Salada juliana	Salada de alface e cenoura	
PRATO ALTERNATIVO	Abrótea gratinada com puré e brócolos	Alheira com arroz e espinafres salteados	Bolinhos de bacalhau com arroz seco, feijão-frade e molho verde	Lasanha de carne	Salada russa com atum e ovo	Frango assado com batata	Peixe à brás
SALADA	Salada de alface			Salada de alface e tomate		Salada de alface e cenoura	Salada tomate e pepino
PRATO DIETA	Jardineira ao natural	Pescada grelhada com arroz de tomate	Coelho estufado com massa espiral	Carapau grelhado com batata cozida e legumes	Bife de peru grelhado com arroz	Arroz de tentáculos de pota	Cozido simples
SOBREMESA FRUTA	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época

P E Q U E N O A L O M O Ç O | L A N C H E

Leite, Cevada ou Chá com Pão Leite, Cevada ou Chá com Pão

J A N T A R

SOPA GERAL	Sopa de penca e feijão vermelho	Sopa de coração	Sopa de penca e feijão vermelho	Sopa de legumes	Sopa de coração	Sopa de penca	Sopa de feijão verde
PRATO GERAL	Abrótea assada com arroz seco e feijão verde salteado	Coxa de peru assada com batata	Douradinhos no forno com arroz de legumes	Pá de porco assada com arroz e legumes salteados	Alabote recheado com puré e brócolos	Carne estufada com ervilhas e cenoura, massa espiral	Bacalhau à Gomes Sá
SALADA		Salada de alface e cenoura				Salada de alface	Salada juliana
PRATO ALTERNATIVO	Bife de peru grelhado com arroz de tomate	Alabote grelhado com arroz de brócolos	Arroz à valenciana	Filete de salmão grelhado com arroz de brócolos	Bife de frango grelhado com arroz de legumes	Filete grelhado com arroz de feijão e hortaliças	Massada de peru
SALADA	Salada de alface e cenoura		Salada juliana				Salada juliana
PRATO DIETA	Abrótea assada com arroz seco e feijão verde salteado	Coxa de peru assada com batata	Filete grelhado com arroz de legumes	Pá de porco assada com arroz e legumes salteados	Alabote grelhado com batata e legumes	Carne estufada com ervilhas e cenoura, massa espiral	Bacalhau à Gomes Sá
SOBREMESA FRUTA		Fruta da época		Fruta da época	Fruta da época		Fruta da época
SOBREMESA DOCE	Pudim de baunilha		Leite de creme			Gelatina de tutti-fruti	

ALERGÉNIOS: CONSULTE MAIS INFORMAÇÕES JUNTO DO SERVIÇO DE ALIMENTAÇÃO

SCMUV.861.0