

| Dia | | Almoço | Jantar |
|------------------|-----------|---|---|
| dia 28 - domingo | Sopa | Espinafres | Macedónia |
| | Prato | Novilho estufado com cogumelos, batata frita, arroz de ervilhas e salada de alface e cenoura | Empadão de carne com feijão-verde salteado ^{1,2,3,5,6,7,8,12} |
| | Dieta | Novilho estufado ao natural com arroz de ervilhas e salada de alface e cenoura | Jardineira de frango ao natural e feijão-verde salteado |
| | Sobremesa | Leite-creme queimado ^{1,3,5,6,7} | Fruta da época |
| dia 01 - segunda | Sopa | Nabiças | Creme de ervilhas |
| | Prato | Frango assado no forno com ervas aromáticas e limão, massa macarronete salteada e legumes (feijão-verde e cenoura) ^{1,3} | Farinha de pau de carne com brócolos salteados |
| | Dieta | Frango no forno ao natural, massa macarronete e legumes (feijão-verde e cenoura) ^{1,3} | Novilho estufado ao natural com arroz primavera e brócolos salteados |
| | Sobremesa | Fruta da época | Fruta da época |
| dia 02 - terça | Sopa | Feijão-verde | Alho francês |
| | Prato | Solhão no forno com batata cozida e salada de tomate e cebola ⁴ | Massa estufada com carnes e enchidos (massa cotovelos, novilho, porco, entrecosto, chouriço, penca, cenoura) ^{1,3,12} |
| | Dieta | Pescada no forno ao natural com arroz primavera e brócolos ⁴ | Massa estufada com novilho e legumes ^{1,3} |
| | Sobremesa | Fruta da época | Fruta da época |
| dia 03 - quarta | Sopa | Penca | Brócolos |
| | Prato | Entrecosto no forno com arroz seco e feijão-preto e salada de alface, cebola e beterraba | Meia desfeita de paloco (batata cozida, migas de paloco, grão-de-bico, ovo cozido, cebola, salsa) e salada de alface e cenoura raspada ^{3,4} |
| | Dieta | Bifinhos de peru grelhado, arroz seco e salada de alface, cebola e beterraba | Salada de pescada (batata aos cubos, pescada, ovo cozido, ervilhas, cenoura,) e salada de alface e cenoura raspada ^{3,4} |
| | Sobremesa | Fruta em calda | Fruta da época |
| dia 04 - quinta | Sopa | Repolho com feijão vermelho | Hortaliça |
| | Prato | Pá de porco no forno com arroz seco e grelos salteados com alho | Peito de frango estufado com pimentos e tomate, massa cotovelos salteado e legumes salteados (couve-flor com feijão-verde) ^{1,3} |
| | Dieta | Bifinho de frango grelhada, arroz seco e legumes salteados (repolho e cenoura) | Peito de frango estufado com pimentos e tomate, massa cotovelos salteado e legumes salteados ^{1,3} |
| | Sobremesa | Fruta da época | Fruta da época |
| dia 05 - sexta | Sopa | Couve lombarda | Creme de cenoura |
| | Prato | Bacalhau à Brás (migas de bacalhau, batata palha, ovo, cebola, salsa), arroz seco e salada de alface e beterraba ^{3,4} | Red fish no forno com ervas aromáticas e tomate, arroz de cenoura e couve-de-bruxelas ⁴ |
| | Dieta | Pescada cozida com batata e legumes ⁴ | Abrótea no forno, arroz de cenoura e couve-de-bruxelas ⁴ |
| | Sobremesa | Bolo de aniversário ^{1,3,5,7,8} | Fruta da época |
| dia 06 - sábado | Sopa | Creme de legumes | Brócolos |
| | Prato | Massa à Lavrador (macarronete, novilho, porco, chouriço, entrecosto, feijão vermelho, penca, cenoura) ^{1,3,12} | Bolinhos de bacalhau com arroz de tomate e legumes (repolho e cenoura) ^{1,3,4,5,6,7,8,9,10,12,14} |
| | Dieta | Massa cotovelos estufada com frango e legumes ao natural ^{1,3} | Pescada estufada ao natural, arroz branco e legumes ⁴ |
| | Sobremesa | Fruta da época | Fruta da época |

Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.



| Dia | | Almoço | Jantar |
|------------------|-----------|---|---|
| dia 07 - domingo | Sopa | Macedónia de legumes | Feijão verde |
| | Prato | Carne de porco à Alentejana (carne de porco, batata frita aos cubos, ameijoia, arroz seco) e salada de alface e cenoura raspada ¹² | Pescada estufada com arroz de tomate e legumes (repolho e cenoura) ^{1,3,4,5,6,7,8,9,10,12,14} |
| | Dieta | Bifinho de frango grelhado, arroz seco e salada de alface e cenoura raspada | Pescada estufada ao natural e arroz de legumes (repolho e cenoura) ⁴ |
| | Sobremesa | Pudim flan ⁷ | Fruta da época |
| dia 08 - segunda | Sopa | Penca | Curgete |
| | Prato | Alheira com arroz de grelos ^{1,12} | Filetes de pescada no forno com puré de batata e couves-de-bruxelas ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14} |
| | Dieta | Peito de frango estufado ao natural com arroz seco e legumes | Filetes de pescada no forno, batata cozida e legumes ⁴ |
| | Sobremesa | Fruta da época | Fruta da época |
| dia 09 - terça | Sopa | Nabiças | Abóbora |
| | Prato | Feijoada de marisco (amêijoia, camarão, miolo de camarão, miolo de amêijoia, miolo de mexilhão, delícias do mar, cenoura) e arroz seco ^{2,4,5,6,8} | Bifanas estufadas com massa espiral e macedónia de legumes ^{1,3} |
| | Dieta | Pescada no forno, arroz branco e salada de alface ⁴ | Fêvera grelhada na chapa, massa espiral e macedónia de legumes ^{1,3} |
| | Sobremesa | Fruta da época | Fruta da época |
| dia 10 - quarta | Sopa | Caldo verde | Couve lombarda |
| | Prato | Perú assado no forno com laranja, arroz primavera e salada alface e beterraba | Salada russa de atum (batata, atum, ovo cozido, feijão-verde, ervilhas, cenoura, cebola, salsa) ^{3,4} |
| | Dieta | Perú assado no forno ao natural, arroz de cenoura e salada alface e beterraba | Salada russa de pescada (batata, pescada, ovo cozido, feijão-verde, ervilhas, cenoura) ^{3,4} |
| | Sobremesa | Fruta da época | Fruta da época |
| dia 11 - quinta | Sopa | Repolho e grão-de-bico | Creme de abóbora |
| | Prato | Rancho (macarronete, carne de vaca, porco, chouriço, entrecosto, grão-de-bico, repolho e cenoura) ^{1,3,12} | Arroz à Valenciana (carne de porco, frango, rodelinhas de pota, pimento vermelho, mexilhão, ervilhas e açafrão) ¹² |
| | Dieta | Massa estufada com frango e legumes ao natural ^{1,3} | Arroz à valenciana ao natural (carne de porco, frango) e cenoura raspada |
| | Sobremesa | Gelatina | Fruta da época |
| dia 12 - sexta | Sopa | Nabo | Curgete |
| | Prato | Pescada frita com arroz de tomate e legumes (penca e cenoura) ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14} | Raia cozida com molho de tomate, batata cozida e legumes (penca e cenoura) ⁴ |
| | Dieta | Pescada estufada ao natural com arroz de cenoura e legumes ⁴ | Raia cozida com batata e legumes ⁴ |
| | Sobremesa | Fruta da época | Fruta da época |
| dia 13 - sábado | Sopa | Hortaliça | Camponesa |
| | Prato | Frango estufado com pimentos e cenoura, arroz primavera e salada de alface, tomate e cebola | Salmão no forno com batata assada e misto de cenoura e brócolos ⁴ |
| | Dieta | Frango estufado ao natural com arroz primavera e salada de alface, tomate e cebola | Pescada estufada ao natural, batata cozida e misto de cenoura e brócolos ⁴ |
| | Sobremesa | Fruta da época | Fruta da época |

Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.



| Dia | | Almoço | Jantar |
|------------------------------|-----------|--|--|
| dia 14 - domingo | Sopa | Couve lombarda com feijão-frade | Nabo |
| | Prato | Bacalhau à Braga com batatas fritas às rodela, arroz seco e salada de alface, tomate e cebola ^{1,3,4,5,6,8,12} | Arroz de frango gratinado (frango, chouriço, bacon, queijo) e salada de alface ^{7,12} |
| | Dieta | Bacalhau no forno ao natural, batata cozida e legumes ⁴ | Arroz de frango ao natural e salada de alface |
| | Sobremesa | Pudim de caramelo ⁷ | Fruta da época |
| dia 15 - segunda | Sopa | Hortaliça | Creme de ervilhas |
| | Prato | Novilho estufado com cogumelos e cenoura, massa macarronete salteada e salada de alface e cenoura raspada ^{1,3} | Empadão de atum e pimentos com penca e cenoura salteados ^{1,2,3,4,5,6,7,8,12} |
| | Dieta | Frango estufado, massa macarronete e salada de alface e cenoura raspada ^{1,3} | Abrótea cozida, batata cozida com molho fervido e legumes ⁴ |
| | Sobremesa | Fruta da época | Fruta da época |
| dia 16 - terça | Sopa | Juliana | Abóbora |
| | Prato | Filetes de pescada fritos com arroz primavera e brócolos ^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14} | Massa estufada com frango e legumes ^{1,3,12} |
| | Dieta | Filetes de pescada o forno com arroz primavera e brócolos ⁴ | Massa estufada com frango e legumes ao natural ^{1,3} |
| | Sobremesa | Fruta da época | Fruta da época |
| dia 17 - quarta | Sopa | Canja ^{1,3} | Mistura de legumes |
| | Prato | Feijoada à Transmontana (feijão vermelho, carne de vaca, porco, chouriço, orelha de porco, repolho e cenoura) ¹² | Pescada cozida com todos (batata, ½ ovo cozido, cenoura, penca, repolho, molho fervido) ^{3,4} |
| | Dieta | Bifinhos de frango grelhados com arroz branco e legumes | Pescada cozida com todos (batata, ½ ovo cozido, cenoura, penca, repolho) ^{3,4} |
| | Sobremesa | Fruta da época | Fruta da época |
| dia 18 - quinta | Sopa | Couve-flor | Creme de alface |
| | Prato | Coxa de frango assado no forno com ervas aromáticas e limão, arroz de ervilhas e grelos salteados | Rancho (macarronete, novilho, porco, chouriço, grão-de-bico, repolho e cenoura) ^{1,3,12} |
| | Dieta | Coxa de frango no forno ao natural, arroz de ervilhas e legumes | Massa estufada com carne e legumes ao natural ^{1,3} |
| | Sobremesa | Fruta da época | Fruta da época |
| dia 19 - sexta Dia do Pai | Sopa | Brócolos | Repolho |
| | Prato | Bacalhau com natas (bacalhau, batata frita no forno, natas e molho bechamel) e salada de alface e tomate ^{1,3,4,5,6,8,12} | Caldeirada de peixe (pescada, raia, pimento verde e vermelho, tomate, cebola, rodelinhas de pota) e couve-de-bruxelas ^{2,4} |
| | Dieta | Bacalhau fresco no forno, batata cozida e legumes ⁴ | Caldeirada de peixe ao natural (pescada, raia) e couve-de-bruxelas ⁴ |
| | Sobremesa | Fruta da época | Fruta da época |
| dia 20 - sábado | Sopa | Couve-galega | Feijão-verde |
| | Prato | Carapau fresco assado no forno com molho de cebolada, arroz de cenoura e salada de tomate e cebola ⁴ | Frango à brás com legumes (brócolos e couve-flor) ^{1,3,5,6,8,12} |
| | Dieta | Abrótea no forno com arroz de cenoura e salada de tomate e cebola ⁴ | Frango estufado ao natural com arroz seco e legumes salteados |
| | Sobremesa | Fruta da época | Fruta da época |

Santa Casa Misericórdia de Barcelos

Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.



| Dia | | Almoço | Jantar |
|------------------|-----------|--|--|
| dia 21 - domingo | Sopa | Espinafres | Cenoura |
| | Prato | Pá de porco assada no forno com laranja, batata assada, arroz seco e salada de alface, beterraba e cenoura raspada | Arroz de peixe (tintureira, pescada, delícias do mar, mexilhão, tomate, cebola, pimento verde e vermelho) ⁴ |
| | Dieta | Bifinhos de frango grelhados, arroz seco e legumes | Arroz de peixe ao natural (tintureira e pescada) ⁴ |
| | Sobremesa | Aletria ^{1,3,5,6,7} | Fruta da época |
| dia 22 - segunda | Sopa | Couve lombarda | Curgete e mistura de legumes |
| | Prato | Costeletas à salsicheiro com arroz de ervilhas e salada de alface, pepino e cenoura | Massa macarronete estufada com frango e legumes (repolho, cenoura) ^{1,3} |
| | Dieta | Fêveras grelhados, arroz seco e legumes | Massa macarronete estufada com frango e legumes ao natural ^{1,3} |
| | Sobremesa | Fruta da época | Fruta da época |
| dia 23 - terça | Sopa | Couve portuguesa | Couve-flor |
| | Prato | Filetes de solha fritos com salada russa ^{2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14} | Novilho estufado com ervilhas e cenoura, arroz de cenoura e macedónio de legumes |
| | Dieta | Filetes de pescada no forno com salada russa ⁴ | Carne de vaca estufada ao natural, arroz de cenoura e legumes |
| | Sobremesa | Fruta da época | Fruta da época |
| dia 24 - quarta | Sopa | Macedónia | Creme de abóbora |
| | Prato | Frango estufado com tomate e pimentos, massa cotovelos salteada e legumes (feijão-verde e cenoura) ^{1,3} | Paloco à Gomes de Sá (batata, pescada, ovo cozido, azeitonas, cebola, salsa) e cenoura raspada ^{3,4} |
| | Dieta | Frango estufado ao natural, massa cotovelos e legumes (feijão-verde e cenoura) ^{1,3} | Salada de batata, pescada, cenoura e feijão-verde ⁴ |
| | Sobremesa | Fruta da época | Fruta da época |
| dia 25 - quinta | Sopa | Nabo | Couve coração |
| | Prato | Rojões à Portuguesa (carne de porco, batata frita aos cubos, arroz seco) e salada de alface, cebola e tomate ¹² | Coelho estufado com cenoura e pimentos, massa espiral e legumes salteados (repolho, feijão-verde, cenoura) ^{1,3} |
| | Dieta | Bifinhos de frango grelhada, arroz seco e salada de alface, tomate e cebola | Frango estufado, massa espiral e legumes salteados ^{1,3} |
| | Sobremesa | Fruta da época | Fruta da época |
| dia 26 - sexta | Sopa | Juliana | Legumes |
| | Prato | Salada de feijão-frade e atum (atum, feijão-frade, ovo cozido, cenoura, feijão-verde, ervilhas, molho verde) e arroz seco ^{3,4} | Pescada no forno com ervas aromáticas e tomate, puré de batata e misto de legumes (brócolos e cenoura) ^{1,2,3,4,5,6,7,8,12} |
| | Dieta | Salada de pescada (batata aos cubos, pescada, ovo cozido, ervilhas, cenoura,) e salada de alface e cenoura raspada ^{3,4} | Pescada no forno com batata cozida e misto de legumes ⁴ |
| | Sobremesa | Fruta da época | Fruta da época |
| dia 27 - sábado | Sopa | Creme de ervilhas | Alho francês |
| | Prato | Feijoada à Portuguesa (feijão branco, carne de vaca, porco, chouriço, cenoura, repolho) com arroz branco ¹² | Peito de peru estufado com tomate e pimentos, massa espiral salteada e legumes (couve-flor e feijão-verde) ^{1,3} |
| | Dieta | Bifinhos de frango grelhados, arroz branco e salada de alface e cebola | Peito de peru estufado ao natural, massa espiral e legumes (couve-flor e feijão-verde) ^{1,3} |
| | Sobremesa | Fruta da época | Fruta da época |

Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

