

EMENTA (ERPI_CD_SAD)

Semana: 12 a 18 de fevereiro de 2024



Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa: Sopa de lentilhas Prato principal: Esparguete à bolonhesa e macedónia de legumes ¹ Prato dieta: Carne de vaca cozida com esparguete cozida e macedónia de legumes ¹ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de lentilhas Prato principal e dieta: Pescada assada com arroz de legumes ^{1,4} Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira CARNAVAL	Sopa: Sopa de abóbora Prato principal e dieta: Cozido à portuguesa Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de abóbora Prato principal e dieta: Carne de vaca estufada ao natural com massa e coração ¹ Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Creme de cenoura Prato principal: Bolinhos de bacalhau, salada de feijão frade e arroz ^{1,4,3} Prato dieta: Pescada cozida com salada de feijão frade e arroz ^{1,4} Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Creme de cenoura Prato principal e dieta: Filete no forno com salada russa ^{4,3} Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de feijão verde Prato principal: Ovos mexidos no forno com arroz, salada de alface ^{1,3} ERPI, SAD: Costeletas estufadas com arroz e salada de alface ¹ Prato dieta: Ovo cozido com arroz branco, salada de alface ^{1,3} Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de feijão verde Prato principal e dieta: Farinha de pau de frango ¹ Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Sopa de feijão vermelho Prato principal: Tentáculos de pota com batata feijão verde e cenoura cozidos ⁴ Prato dieta: Igual Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de feijão vermelho Prato principal e dieta: Massada de peixe ^{1,4} Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal: Feijoada à transmontana ¹ Prato dieta: Carne de vaca estufada ao natural com arroz branco e couve-lombarda ¹ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal e dieta: Bacalhau à Gomes de Sá e brócolos ^{4,3} Sobremesa: Fruta da época
Domingo	Sopa: Caldo verde Prato principal: Frango assado com arroz de cenoura e salada de alface ¹ Prato dieta: Frango assado ao natural com arroz de cenoura e salada de alface ¹ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Caldo verde Prato principal: Strogonoff de frango ¹ Sobremesa: Fruta da época

Mod.79.06

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