

EMENTA (ERPI_CD_SAD)

Semana: 19 a 25 de fevereiro de 2024



Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa: Sopa de couve coração Prato principal: Massa de atum e juliana de legumes ^{1,4} Prato dieta, ERPI, SAD: Lombinhos de pescada assados ao natural com salada russa ⁴ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de couve coração Prato principal e dieta: Caldeirada de peixe com coração cozido ^{1,4} Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Sopa de feijão branco Prato principal: Arroz de carnes com macedónia legumes ¹ Prato dieta: Carne vaca/porco estufada ao natural, arroz branco, macedónia legumes ¹ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de feijão branco Prato principal: Bolinhos de bacalhau com salada russa ^{3,4} Prato dieta: Pescada cozida com salada russa Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Sopa de abóbora Prato principal: Pescada assada com batata cozida, cenoura e coração ⁴ Prato dieta: Pescada assada ao natural com batata cozida e coração ⁴ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de abóbora Prato principal: Massa à lavrador ¹ Prato dieta: Carne de vaca estufada ao natural com massa e coração ¹ Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de grão Prato principal: Bife de frango grelhado com massa espirais e salada alface ¹ Prato dieta: Igual Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de grão Prato principal e dieta: Fêveras estufadas com batata cozida e brócolos Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Sopa de curgete Prato principal: Bacalhau à Gomes de Sá com feijão verde salteado ⁴ Prato dieta: Bacalhau à Gomes de Sá com feijão verde salteado ⁴ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de curgete Prato principal e dieta: Lombinhos de pescada assados com arroz de cenoura e ervilhas ^{1,4} Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal e dieta: Costeletas estufadas com arroz de legumes ¹ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal e dieta: Meia desfeita ⁴ Sobremesa: Fruta da época
Domingo	Sopa: Caldo verde Prato principal: Rojões à minhota com batata assada, arroz e salada de alface Prato dieta: Carne de porco cozida com arroz branco e salada de alface Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Caldo verde Prato principal e dieta: Filetes no forno com arroz de legumes ^{1,4} 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 rija, 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.