

EMENTA (ERPI_CD_SAD)

Semana: 11 a 17 de março de 2024



Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa: Sopa de alho francês Prato principal: Feijoada à transmontana ¹ Prato dieta: Carne de vaca estufada ao natural, coração e cenoura Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de alho-francês Prato principal e dieta: Batatas à espanhola ⁴ Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Sopa de abóbora Prato principal e dieta: Tentáculos de pota com batata cozida, grão, ovo e molho verde ^{3,4} 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: Ovos mexidos no forno com arroz, salada de alface ^{1,3} ERPI, SAD: Costeletas estufadas com arroz e salada de alface Prato dieta: Ovo cozido com arroz branco, salada de alface Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Creme de cenoura Prato principal e dieta: Rissóis de peixe com salada russa ⁴ Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de feijão verde Prato principal: Frango estufado com massa espirais e salada mista ¹ Prato dieta: Frango cozido com massa branca, salada mista ¹ 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: Bacalhau à Gomes de Sá ⁴ Prato dieta: Igual Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de feijão vermelho Prato principal e dieta: Red-fish assado com batata assada ⁴ Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal: Bife de frango grelhado com arroz de legumes ¹ Prato dieta: Carne de vaca estufada ao natural com batata e macedónia de legumes Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal e dieta: Massa á lavrador ¹ Sobremesa: Fruta da época
Domingo	Sopa: Caldo verde Prato principal: Rojões à minhota e salada de alface Prato dieta: Carne de porco estufada ao natural com arroz de cenoura e salada de alface ¹ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Caldo verde Prato principal: Filetes no forno com salada russa ⁴ Sobremesa: Fruta da época

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.