



EMENTA (ERPI_CD_SAD)

Semana: 25 a 31 de março de 2024

Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa: Sopa de couve coração Prato principal: Filetes no forno com salada russa (legumes, batata) ⁴ Prato dieta: Medalhões de pescada assados ao natural com salada russa ⁴ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de couve coração Prato principal e dieta: Cubos de frango com massa meada e ervilhas ¹ Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Sopa de feijão branco Prato principal: Arroz de carnes com macedónia legumes ¹ Prato dieta: Carne vaca estufada ao natural, arroz branco, macedónia legumes ¹ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de feijão branco Prato principal: Caldeirada de peixe com coração cozido ⁴ Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Sopa de abóbora Prato principal: Petinga com arroz de feijão e coração ^{1,4} Prato dieta: Sardinha assada com batata cozida e coração ⁴ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de abóbora Prato principal: Jardineira ¹ Prato dieta: Carne de vaca estufada ao natural com massa e coração Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de cenoura Prato principal: Coxa de frango assada com massa espirais e salada de alface ¹ Prato dieta: Coxa de frango cozida, massa cozida e salada de alface ¹ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de cenoura 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 batata assada e salada de tomate ⁴ Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal e dieta: Massa à lavrador ¹ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal e dieta: Jardineira ¹ Sobremesa: Fruta da época
Domingo	Sopa: Caldo verde Prato principal: Arroz pica-no-chão ¹ Prato dieta: Frango estufado ao natural com arroz de cenoura Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Caldo verde Prato principal e dieta: Rissóis com salada russa ^{3,4} 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.