

EMENTA (ERPI_CD_SAD)

Semana: 15 a 21 de Abril de 2024



Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa: Sopa de feijão verde Prato principal: Jardineira (carne de vaca, batata, cenoura, ervilhas e feijão verde) Prato dieta: Carne de vaca estufada ao natural com batata cozida e macedónia de legumes Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de feijão verde Prato principal: Bolinhos de bacalhau com salada de feijão frade ^{1,4,3} Prato dieta: Bacalhau cozido com salada de feijão frade ^{1,4} Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Sopa de couve-flor Prato principal: Bolonhesa de atum e salada de cenoura ^{1,4} Prato dieta: Atum ao natural com massa branca e salada de cenoura ^{1,4} ERPI, SAD: Red-fish assado com batata assada e legumes salteados ⁴ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de couve-flor Prato principal e dieta: Frango assado com batata assada e salada Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Sopa de grão Prato principal: Pá de porco estufada com arroz e legumes salteados ¹ Prato dieta: Pá de porco estufada ao natural com arroz e legumes salteados ¹ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de grão Prato principal e dieta: Meia desfeita ⁴ Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de couve-lombarda Prato principal: Pescada assada com batata cozida e feijão verde ⁴ Prato dieta: Pescada cozida com batata cozida e feijão verde ⁴ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de couve-lombarda Prato principal e dieta: Carne de vaca estufada ao natural com macarrão ¹ Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Sopa de feijão vermelho Prato principal: Bife de frango grelhado com massa espirais e salada mista ¹ Prato dieta: Coxa de frango assada ao natural com massa e salada mista ¹ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de feijão vermelho Prato principal e dieta: Rissóis de peixe com salada russa ^{3,4} Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal e dieta: Bacalhau à Gomes de Sá com legumes salteados ⁴ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal e dieta: Arroz de carnes com ervilhas e cenoura ¹ Sobremesa: Fruta da época
Domingo	Sopa: Caldo verde Prato principal: Carne de porco à alentejana e salada de alface Prato dieta: Carne de porco estufada ao natural com batata cozida e salada de alface Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Caldo verde Prato principal: Salada de batata, cenoura, ervilhas, atum e ovo ^{3,4} Prato dieta: Igual 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.