



EMENTA (ERPI_CD_SAD)

Semana: 13 a 19 de maio de 2024

Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa: Sopa de feijão verde Prato principal: Massa à lavrador com coração e cenoura ¹ Prato dieta: Carne de vaca estufada ao natural com massa cozida, cenoura e coração ¹ 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: 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-flor Prato principal e dieta: Frango assado com batata assada e salada Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Sopa de grão Prato principal: Ovos mexidos no forno com arroz e salada mista ^{1,3} SAD: Costeletas estufadas com arroz e legumes ¹ Prato dieta: Ovos mexidos no forno com arroz e salada mista ^{1,3} 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: Bolonhesa de atum e salada de alface ^{1,4} ERPI, SAD e dieta: Pescada assada com batata assada e brócolos ^{1,4} 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 arroz de cenoura e salada mista ¹ Prato dieta: Bife de frango grelhado com arroz de cenoura 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: Rojões com batata assada 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.