

EMENTA (ERPI_CD_SAD)

Semana: 22 a 28 de Julho de 2024



Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa: Sopa de alho francês Prato principal: Pescada à Gomes de Sá com juliana de legumes Prato dieta: Pescada à Gomes de Sá com juliana de legumes Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de alho-francês Prato principal: Bifanas com batata cozida e feijão verde Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Sopa de cenoura Prato principal: Ovos mexidos com arroz e salada de cenoura Prato dieta: Ovo cozido com arroz e salada de cenoura ERPI, SAD: Costeletas estufadas com arroz de feijão Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de cenoura Prato principal: Batatas à espanhola Prato dieta: Igual Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Sopa de couve-lombarda Prato principal: Bolonhesa de atum Prato dieta: Esparguete cozida com atum ao natural ERPI, SAD: Red fish assado com batata assada Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de couve-lombarda Prato principal: Massa à lavrador Prato dieta: Carne de vaca estufada ao natural com massa e coração Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de grão Prato principal: Arroz de carnes Prato dieta: Carne de vaca estufada ao natural com arroz branco Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de grão Prato principal e dieta: Lombinhos de pescada no forno com batata assada e salada Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Sopa de couve-lombarda Prato principal: Filetes de pescada no forno com arroz de cenoura e salada mista Prato dieta: Peixe cozido com arroz e salada mista ERPI, SAD: Filete de pescada com salada russa Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de couve-lombarda Prato principal e dieta: Jardineira Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal e dieta: Bife de frango grelhado com arroz de legumes Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal: Rissóis de peixe com salada russa Prato dieta: Peixe cozido com salada russa 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 arroz branco e salada de alface Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Caldo verde Prato principal e dieta: Arroz de atum e legumes 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 rijas, 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.

Mod.79.06