

# EMENTA (ERPI\_CD\_SAD)

Semana: 10 a 16 de Junho de 2024



| Refeição                          | Almoço   | Jantar  |
|-----------------------------------|--|---|
| <b>2ª Feira</b><br><b>FERIADO</b> | <b>Sopa:</b> Sopa de alho francês<br><b>Prato principal:</b> Jardineira de carne de vaca<br><b>Prato dieta:</b> Carne de vaca estufada ao natural com batata e macedónia de legumes<br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época                                | <b>Sopa:</b> Sopa de alho-francês<br><b>Prato principal e dieta:</b> Bacalhau à Gomes de Sá <sup>4</sup><br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época  |
| <b>3ª Feira</b>                   | <b>Sopa:</b> Sopa de cenoura<br><b>Prato principal:</b> Douradinhos no forno com arroz de legumes <sup>1,4</sup><br><b>Prato dieta:</b> Peixe cozido com arroz de legumes <sup>1,4</sup><br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época                           | <b>Sopa:</b> Sopa de cenoura<br><b>Prato principal:</b> Massa à lavrador <sup>1</sup><br><b>Prato dieta:</b> Carne de vaca estufada ao natural com massa e coração <sup>1</sup><br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época |
| <b>4ª Feira</b>                   | <b>Sopa:</b> Sopa de grão<br><b>Prato principal:</b> Carne de porco estufada com batata assada e salada de cenoura<br><b>Prato dieta:</b> Carne de porco estufada ao natural com batata assada e salada de cenoura<br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época | <b>Sopa:</b> Sopa de grão<br><b>Prato principal:</b> Caldeirada de peixe <sup>1</sup><br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época   |
| <b>5ª Feira</b>                   | <b>Sopa:</b> Sopa de coração<br><b>Prato principal:</b> Meia desfeita de bacalhau com grão e molho verde <sup>4</sup><br><b>Prato dieta:</b> Meia desfeita de bacalhau com grão e molho verde <sup>4</sup><br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época         | <b>Sopa:</b> Sopa de coração<br><b>Prato principal e dieta:</b> Frango estufado ao natural com massa meada <sup>1</sup><br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época   |
| <b>6ª Feira</b>                   | <b>Sopa:</b> Sopa de couve-lombarda<br><b>Prato principal:</b> Bife de frango grelhado com massa espirais <sup>1</sup><br><b>Prato dieta:</b> Bife de frango grelhado com massa espirais <sup>1</sup><br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época              | <b>Sopa:</b> Sopa de couve-lombarda<br><b>Prato principal e dieta:</b> Bolinhos de bacalhau com salada de feijão frade <sup>3,4</sup><br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época   |
| <b>Sábado</b>                     | <b>Sopa:</b> Creme de cenoura e abóbora<br><b>Prato principal:</b> Filetes de pescada com salada russa <sup>4</sup><br><b>Prato dieta:</b> Pescada cozida com salada russa <sup>4</sup><br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época                            | <b>Sopa:</b> Creme de cenoura e abóbora<br><b>Prato principal e dieta:</b> Carne de vaca estufada ao natural com massa, cenoura e coração <sup>1</sup><br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época                          |
| <b>Domingo</b>                    | <b>Sopa:</b> Caldo verde<br><b>Prato principal:</b> Pá de porco estufada com batata assada e salada de alface<br><b>Prato dieta:</b> Pá de porco estufada ao natural com arroz branco e salada de alface<br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época           | <b>Sopa:</b> Caldo verde<br><b>Prato principal e dieta:</b> Salada russa com batata, ovo, atum, ervilha e cenoura <sup>3,4</sup><br><b>Sobremesa:</b> 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.

Casa do Povo de Alvito- Rua da Aldeia, n.º 229 – Alvito S. Pedro 4750-084 BCL • Tel.: 253 880 639 • Fax: 253 881 103