

EMENTA (ERPI_CD_SAD)

Semana: 16 a 22 de Setembro de 2024



Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa: Sopa de alho francês Prato principal: Arroz de atum com juliana de legumes ^{1,4} Prato dieta: Atum ao natural com arroz branco e juliana de legumes ^{1,4} ERPI, SAD: Filete no forno com arroz de tomate Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de alho-francês Prato principal: Massa à lavrador ¹ Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Sopa de feijão frade Prato principal: Bife de frango grelhado com esparguete e salada mista ¹ Prato dieta: Bife de frango grelhado com massa esparguete e salada mista ¹ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de cenoura Prato principal: Pescada cozida com batata cozida, cenoura e coração ⁴ Prato dieta: Igual Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Sopa de abóbora Prato principal: Pataniscas de bacalhau com arroz de feijão e coração ^{1,3,4} Prato dieta: Peixe cozido com arroz branco e legumes salteados ^{1,4} Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de couve-lombarda Prato principal: Jardineira de frango Prato dieta: Frango estufado ao natural com batata, ervilhas e cenoura Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de cenoura Prato principal: Pá de porco estufada com batata assada e juliana de legumes Prato dieta: Pá de porco estufada ao natural com batata cozida e juliana de legumes Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de grão Prato principal e dieta: Meia desfeita ⁴ Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Sopa de curgete Prato principal: Pescada à Gomes de Sá e feijão verde ⁴ Prato dieta: Pescada à Gomes de Sá e feijão verde ⁴ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de couve-lombarda Prato principal e dieta: Arroz de carnes com ervilhas ¹ Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal e dieta: Rancho ¹ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal: Rissóis de peixe com salada russa ^{1,3,4} Prato dieta: Peixe cozido com salada russa ^{1,3,4} 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 ^{1,4} 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 rijia, 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.