

EMENTA (ERPI_CD_SAD)

Semana: 23 a 29 de Setembro de 2024



Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa: Sopa de cenoura Prato principal: Esparguete à bolonhesa com salada de cenoura ¹ Prato dieta: Carne de vaca estufada ao natural com salada de cenoura ¹ ERPI, SAD: Jardineira Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de alho-francês Prato principal e dieta: Rissóis com salada russa ^{3,4} Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Sopa de couve portuguesa Prato principal e dieta: Tentáculos de pota, batata cozida, grão, ovo e molho verde ^{3,4} Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de abóbora Prato principal e dieta: Carne de vaca estufada ao natural com massa e coração ¹ Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Creme de ervilhas Prato principal: Frango estufado com massa espirais e juliana de legumes ¹ Prato dieta: Frango estufado ao natural com massa branca e juliana de legumes ¹ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Creme de cenoura Prato principal e dieta: Bacalhau à Gomes de Sá ⁴ Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de grão Prato principal: Douradinhos no forno com arroz de cenoura e salada mista ^{1,3,4} Prato dieta: Pescada cozida com arroz branco e salada mista ^{1,4} Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de feijão verde Prato principal e dieta: Frango estufado ao natural com massa meada ¹ Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Sopa de couve lombarda Prato principal: Ovos mexidos no forno com arroz, salada de alface ^{1,3} SAD: Costeletas estufadas com arroz e juliana de legumes ¹ Prato dieta: Ovo cozido com arroz branco, salada de alface ^{1,3} Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de feijão vermelho Prato principal e dieta: Caldeirada de peixe ⁴ Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal: Bacalhau à Gomes de Sá e feijão verde ⁴ Prato dieta: Igual Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal e dieta: Carne de vaca estufada ao natural com massa 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 arroz e salada de alface ¹ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Caldo verde Prato principal e dieta: Pescada cozida com batata cozida e cenoura 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 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.