

EMENTA (ERPI_CD_SAD)

Semana: 09 a 15 de Setembro de 2024



Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa: Sopa de coração Prato principal: Jardineira (carne de vaca, batata, cenoura, ervilhas e feijão verde) Prato dieta: Carne de vaca estufada ao natural com batata cozida e macedónia de legumes Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de feijão verde Prato principal e dieta: Caldeirada de peixe ⁴ Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Sopa de couve-flor Prato principal: Bolonhesa de atum e salada de cenoura ^{1,4} Prato dieta: Atum ao natural com massa branca e salada de cenoura ^{1,4} ERPI, SAD: Lombinhos de pescada assados com arroz de legumes Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de couve-flor Prato principal e dieta: Carne de vaca estufada ao natural com massa e coração ¹ Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Sopa de lentilhas Prato principal: Carne de porco estufada com arroz e salada ¹ Prato dieta: Carne de porco estufada ao natural com arroz e salada ¹ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de grão Prato principal e dieta: Filete no forno com salada russa ⁴ Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de couve-lombarda Prato principal: Bacalhau à Gomes de Sá e feijão verde ⁴ Prato dieta: Bacalhau à Gomes de Sá e feijão verde ⁴ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de couve-lombarda Prato principal e dieta: Farinha de pau de frango ¹ Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Sopa de feijão branco Prato principal: Bife de frango grelhado com massa espirais e salada mista ¹ Prato dieta: Bife de frango grelhado com massa e salada mista ¹ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de feijão vermelho Prato principal: Meia desfeita ^{4,3} Prato dieta: Igual Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal: Bolinhos de bacalhau com salada de feijão frade e arroz ^{1,4} Prato dieta: Pescada cozida com arroz branco e legumes ^{1,4} Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal: Salsichas de cebolada com batata cozida e brócolos Prato dieta: Ovo cozido com batata cozida e brócolos ³ Sobremesa: Fruta da época
Domingo	Sopa: Caldo verde Prato principal: Pá de porco estufada com batata assada e salada Prato dieta: Pá de porco estufada ao natural com batata cozida e salada Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Caldo verde Prato principal: Massa de atum e juliana de legumes ^{1,4} 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 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.