



EMENTA GERAL (ERPI_CD_SAD)

Semana: 21 a 27 de outubro de 2024

Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa: Sopa de alho francês Prato principal: Massa à lavrador ¹ Prato dieta: Carne de vaca estufada ao natural com massa e couve coração ¹ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de alho-francês Prato principal e dieta: Batata cozida com ovo, cenoura e brócolos Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Sopa de abóbora Prato principal: Douradinhos no forno com arroz de cenoura e salada mista ^{1,4} Prato dieta: Pescada cozida com arroz branco e salada mista ^{1,4} Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de abóbora Prato principal e dieta: Carne de vaca estufada ao natural com massa e coração Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Creme de cenoura 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 Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de feijão verde Prato principal: Abrótea assada com batata cozida e feijão verde ⁴ Prato dieta: Abrótea cozida com batata cozida e feijão verde ⁴ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de feijão verde Prato principal e dieta: Frango estufado ao natural com massa meada Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Sopa de curgete Prato principal: Ovos mexidos no forno com arroz, salada de alface ^{1,3} SAD: Costeletas estufadas com arroz e juliana de legumes 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 Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal: Tentáculos de pota com batata, grão, ovo e molho verde 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 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 Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Caldo verde Prato principal e dieta: Pescada cozida com batata cozida e cenoura 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 rija, 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.