

**EMENTA GERAL (ERPI_CD_SAD)**

Semana: 28 de outubro a 03 de novembro de 2024

Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa: Sopa de ervilhas Prato principal: Bolonhesa de atum com salada mista ^{1,4} Prato dieta: Atum ao natural com massa branca e salada mista ^{1,4} ERPI, SAD: Lombinhos de pescada assados com salada russa Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de alho-francês Prato principal: Massa à lavrador Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Sopa de cenoura Prato principal: Pá de porco estufada com batata assada e salada de alface Prato dieta: Pá de porco estufada ao natural com arroz e salada de alface Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de cenoura Prato principal: Batatas à espanhola Prato dieta: Batatas à espanhola Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Sopa de couve-lombarda Prato principal: Pataniscas de bacalhau com arroz de feijão e coração ^{1,3,4} Prato dieta: Bacalhau cozido com arroz branco e coração ^{1,4} Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de couve-lombarda Prato principal: Strogonoff de porco com massa meada Prato dieta: Carne de porco estufada ao natural com massa meada cozida Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de grão Prato principal: Rancho (carne de vaca, massa, cenoura, grão), juliana de legumes ¹ Prato dieta: Carne de vaca estufada ao natural com massa cozida, grão, cenoura e juliana de legumes ¹ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de grão Prato principal: Filete no forno com salada russa Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Sopa de couve coração Prato principal: Pescada à Gomes de Sá com feijão verde ⁴ Prato dieta: Pescada à Gomes de Sá com feijão verde ⁴ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de couve-lombarda Prato principal: Frango assado com batata assada e salada de tomate Prato dieta: Frango assado ao natural com batata assada e salada de tomate Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal e dieta: Bife de frango grelhado com arroz e legumes salteados Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal e dieta: Filete no forno com salada russa 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: Salsichas de cebolada com batata cozida, cenoura e coração 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.