

EMENTA (ERPI_CD_SAD)
Semana: 04 a 11 de Novembro de 2024



Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	<p>Sopa: Sopa de alho francês</p> <p>Prato principal: Feijoada à transmontana</p> <p>Prato dieta: Carne de vaca estufada ao natural com feijão e couve coração</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p>	<p>Sopa: Sopa de alho-francês</p> <p>Prato principal e dieta: Batata cozida com ovo, cenoura e brócolos</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p>
3ª Feira	<p>Sopa: Sopa de abóbora</p> <p>Prato principal: Douradinhos no forno com arroz de cenoura e salada mista</p> <p>Prato dieta: Pescada cozida com arroz branco e salada mista</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p>	<p>Sopa: Sopa de abóbora</p> <p>Prato principal e dieta: Carne de vaca estufada ao natural com massa e coração</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p>
4ª Feira	<p>Sopa: Creme de cenoura</p> <p>Prato principal: Frango estufado com massa espirais e juliana de legumes</p> <p>Prato dieta: Frango estufado ao natural com massa branca e juliana de legumes</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p>	<p>Sopa: Creme de cenoura</p> <p>Prato principal e dieta: Bacalhau à Gomes de Sá</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p>
5ª Feira	<p>Sopa: Sopa de feijão verde</p> <p>Prato principal: Abrótea assada com batata cozida e feijão verde</p> <p>Prato dieta: Abrótea cozida com batata cozida e feijão verde</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p>	<p>Sopa: Sopa de feijão verde</p> <p>Prato principal e dieta: Frango estufado ao natural com massa meada</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p>
6ª Feira	<p>Sopa: Sopa de feijão vermelho</p> <p>Prato principal: Ovos mexidos no forno com arroz, salada de alface ^{1,3}</p> <p>SAD: Costeletas estufadas com arroz e juliana de legumes</p> <p>Prato dieta: Ovo cozido com arroz branco, salada de alface</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p>	<p>Sopa: Sopa de feijão vermelho</p> <p>Prato principal e dieta: Caldeirada de peixe</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p>
Sábado	<p>Sopa: Creme de cenoura e abóbora</p> <p>Prato principal: Tentáculos de pota com batata, grão, ovo e molho verde</p> <p>Prato dieta: Igual</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p>	<p>Sopa: Creme de cenoura e abóbora</p> <p>Prato principal e dieta: Carne de vaca estufada ao natural com massa</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p>
Domingo	<p>Sopa: Caldo verde</p> <p>Prato principal: Rojões com batata assada e salada de alface</p> <p>Prato dieta: Carne de porco estufada ao natural com arroz e salada de alface</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p>	<p>Sopa: Caldo verde</p> <p>Prato principal e dieta: Pescada cozida com batata cozida e cenoura</p> <p>Sobremesa: Fruta da época</p>