

EMENTA (ERPI_CD_SAD)
Semana: 18 a 24 de Novembro de 2024



Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	<p>Sopa: Sopa de feijão verde 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</p>	<p>Sopa: Sopa de feijão verde Prato principal e dieta: Massada de peixe Sobremesa: Fruta da época</p>
3ª Feira	<p>Sopa: Sopa de couve-flor Prato principal: Bolinhos de bacalhau com salada de feijão frade e arroz Prato dieta: Pescada cozida com salada de feijão frade e arroz Sobremesa: Fruta da época</p>	<p>Sopa: Sopa de couve-flor Prato principal e dieta: Carne de vaca estufada ao natural com batata e macedónia de legumes Sobremesa: Fruta da época</p>
4ª Feira	<p>Sopa: Sopa de grão Prato principal: Frango estufado com massa espirais, cenoura e ervilhas Prato dieta: frango estufado ao natural com massa espirais, cenoura e ervilhas Sobremesa: Fruta da época</p>	<p>Sopa: Sopa de grão Prato principal e dieta: Meia desfeita Sobremesa: Fruta da época</p>
5ª Feira	<p>Sopa: Sopa de couve-lombarda Prato principal: Pescada assada com salada russa (batata, cenoura, ervilhas e feijão verde) Prato dieta: Pescada cozida com salada russa (batata, cenoura, ervilhas e feijão verde) Sobremesa: Fruta da época</p>	<p>Sopa: Sopa de couve-lombarda Prato principal e dieta: Farinha de pau de frango Sobremesa: Fruta da época</p>
6ª Feira	<p>Sopa: Sopa de feijão vermelho Prato principal: Bife de frango grelhado com arroz solto de tomate e hortaliça Prato dieta: Bife de frango grelhado com arroz branco e juliana de legumes Sobremesa: Fruta da época</p>	<p>Sopa: Sopa de feijão vermelho Prato principal: Filetes no forno com salada russa Prato dieta: Igual Sobremesa: Fruta da época</p>
Sábado	<p>Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal: Bacalhau á Gomes de Sá e salada de alface Prato dieta: Igual Sobremesa: Fruta da época</p>	<p>Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal: Almôndegas estufadas com massa branca e salada mista Prato dieta: Almôndegas estufada ao natural com massa branca e salada mista Sobremesa: Fruta da época</p>
Domingo	<p>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</p>	<p>Sopa: Caldo verde Prato principal: Arroz de atum e juliana de legumes Prato dieta: Igual Sobremesa: Fruta da época</p>