

EMENTA (ERPI_CD_SAD)

Semana: 25 de Novembro a 1 de Dezembro de 2024

Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa: Sopa de alho francês Prato principal: Pescada à Gomes de Sá e feijão verde Prato dieta: Pescada à Gomes de Sá e feijão verde 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: Rancho Prato dieta: Carne de vaca e porco cozidas com massa branco, grão e cenoura Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de cenoura Prato principal: Pescada cozida com batata cozida, cenoura e coração Prato dieta: Igual Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Sopa de couve-lombarda Prato principal: Filete de pescada estufado com arroz de tomate e coração Prato dieta: Filete de pescada cozido com arroz branco e legumes salteados Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de couve-lombarda Prato principal: Jardineira de frango Prato dieta: Frango estufado ao natural com batata, ervilhas e cenoura Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de grão Prato principal: Carne de porco assada com batata assada e juliana de legumes Prato dieta: Carne de porco estufada ao natural com batata cozida e juliana de legumes Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de grão Prato principal e dieta: Meia desfeita Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Sopa de couve-lombarda Prato principal: Bolonhesa de atum com salada mista Prato dieta: Atum ao natural com massa e salada mista ERPI, SAD: Filete no forno com salada russa Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de couve-lombarda Prato principal e dieta: Strogonoff de peru com massa meada Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal: Arroz de carnes com ervilhas Prato dieta: Carne de vaca e frango cozidas com arroz branco e ervilhas Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal: Rissóis de peixe com salada russa Prato dieta: Peixe cozido com salada russa Sobremesa: Fruta da época
Domingo Feriado Dia da Restauração da Independência	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: Arroz de atum e legumes Sobremesa: Fruta da época

