



EMENTA GERAL (ERPI_CD_SAD)

Semana: 18 a 24 de novembro de 2024

Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	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	Sopa: Sopa de feijão verde Prato principal e dieta: Massada de peixe Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	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	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
4ª Feira	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	Sopa: Sopa de grão Prato principal e dieta: Meia desfeita Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de couve-lombarda Prato principal: Pescada assada com salada russa (batata, cenoura, ervilhas, feijão verde) Prato dieta: Pescada cozida com salada russa (batata, cenoura, ervilhas e feijão verde) Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de couve-lombarda Prato principal e dieta: Farinha de pau de frango Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	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	Sopa: Sopa de feijão vermelho Prato principal: Filetes no forno com salada russa Prato dieta: Igual Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal: Bacalhau á Gomes de Sá e salada de alface Prato dieta: Igual Sobremesa: Fruta da época	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
Domingo	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	Sopa: Caldo verde Prato principal: Arroz de atum e juliana de legumes Prato dieta: Igual 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.