

**EMENTA GERAL (ERPI\_CD\_SAD)**

Semana: 25 de novembro a 01 de dezembro de 2024

Refeição	Almoço	Jantar
<b>2ª Feira</b>	<b>Sopa:</b> Sopa de alho francês <b>Prato principal:</b> Pescada à Gomes de Sá e feijão verde <b>Prato dieta:</b> Pescada à Gomes de Sá e feijão verde <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	<b>Sopa:</b> Sopa de alho-francês <b>Prato principal:</b> Massa à lavrador <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
<b>3ª Feira</b>	<b>Sopa:</b> Sopa de cenoura <b>Prato principal:</b> Rancho <b>Prato dieta:</b> Carne de vaca e porco cozidas com massa branco, grão e cenoura <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	<b>Sopa:</b> Sopa de cenoura <b>Prato principal:</b> Pescada cozida com batata cozida, cenoura e coração <b>Prato dieta:</b> Igual <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
<b>4ª Feira</b>	<b>Sopa:</b> Sopa de couve-lombarda <b>Prato principal:</b> Filete de pescada estufado com arroz de tomate e coração <b>Prato dieta:</b> Filete de pescada cozido com arroz branco e legumes salteados <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	<b>Sopa:</b> Sopa de couve-lombarda <b>Prato principal:</b> Jardineira de frango <b>Prato dieta:</b> Frango estufado ao natural com batata, ervilhas e cenoura <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
<b>5ª Feira</b>	<b>Sopa:</b> Sopa de grão <b>Prato principal:</b> Carne de porco assada com batata assada e juliana de legumes <b>Prato dieta:</b> Carne de porco estufada ao natural com batata cozida e juliana de legumes <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	<b>Sopa:</b> Sopa de grão <b>Prato principal e dieta:</b> Meia desfeita <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
<b>6ª Feira</b>	<b>Sopa:</b> Sopa de couve-lombarda <b>Prato principal:</b> Bolonhesa de atum com salada mista <b>Prato dieta:</b> Atum ao natural com massa e salada mista <b>ERPI, SAD:</b> Filete no forno com salada russa <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	<b>Sopa:</b> Sopa de couve-lombarda <b>Prato principal e dieta:</b> Strogonoff de peru com massa meada <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
<b>Sábado</b>	<b>Sopa:</b> Creme de cenoura e abóbora <b>Prato principal:</b> Arroz de carnes com ervilhas <b>Prato dieta:</b> Carne de vaca e frango cozidas com arroz branco e ervilhas <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	<b>Sopa:</b> Creme de cenoura e abóbora <b>Prato principal:</b> Rissóis de peixe com salada russa <b>Prato dieta:</b> Peixe cozido com salada russa <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
<b>Domingo Feriado</b>	<b>Sopa:</b> Caldo verde <b>Prato principal:</b> Carne de porco à alentejana e salada de alface <b>Prato dieta:</b> Carne de porco estufada ao natural com arroz branco e salada de alface <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	<b>Sopa:</b> Caldo verde <b>Prato principal e dieta:</b> Arroz de atum e legumes <b>Sobremesa:</b> 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.