



## EMENTA GERAL (ERPI\_CD\_SAD)

Semana: 06 a 12 de janeiro de 2025



Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	<b>Sopa:</b> Sopa de coração <b>Prato principal e dieta:</b> Meia desfeita de paloco (batatas aos cubos, migas de paloco e ovo com molho verde) e feijão verde cozido <sup>(3)(4)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	<b>Sopa:</b> Sopa de coração <b>Prato principal e dieta:</b> Carne de porco aos cubos com massa estufada com brócolos cozidos <sup>(1)(3)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
3ª Feira	<b>Sopa:</b> Couve flor <b>Prato principal:</b> Feijoada à portuguesa (carne de vaca, porco, chouriço, cenoura e couve coração) e arroz branco <b>Prato dieta:</b> Carne de vaca cozida com arroz branco e couve coração cozida <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	<b>Sopa:</b> Couve flor <b>Prato principal:</b> Caldeirada de tintureira com feijão verde cozido <sup>(4)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
4ª Feira	<b>Sopa:</b> Sopa de feijão verde <b>Prato principal:</b> Abrótea no forno com arroz de tomate e salada de alface <sup>(4)</sup> <b>Prato dieta:</b> Abrótea cozida com arroz branco e salada de alface <sup>(4)</sup> <b>Prato Infância:</b> Salada de arroz com ovo (ovo aos cubos com arroz primavera) e salada de alface <sup>(3)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	<b>Sopa:</b> Sopa de feijão verde <b>Prato principal e dieta:</b> Moelas estufadas com massa cotovelos e salada de tomate <sup>(1)(3)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
5ª Feira	<b>Sopa:</b> Sopa de grão <b>Prato principal:</b> Perna de frango estufada com arroz solto com macedónia <b>Prato dieta:</b> Perna de frango cozida com arroz seco com macedónia <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	<b>Sopa:</b> Sopa de grão <b>Prato principal e dieta:</b> Filetes de alabote desfiados com massa cotovelos com ervilhas <sup>(1)(3)(4)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
6ª Feira	<b>Sopa:</b> Sopa de brócolos <b>Prato principal:</b> Red- fish estufado com arroz de couve coração <sup>(4)</sup> <b>Prato dieta:</b> Red-fish cozido com arroz de couve coração <sup>(4)</sup> <b>Prato Infância:</b> Filete de red-fish no forno com arroz de couve coração <sup>(4)</sup> <b>Prato dieta:</b> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	<b>Sopa:</b> Sopa de brócolos <b>Prato principal e dieta:</b> Empadão de frango com salada de alface <sup>(7)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
Sábado	<b>Sopa:</b> Sopa de alho-francês <b>Prato principal:</b> Pá de porco estufada com massa espiral com grão e brócolos cozidos <sup>(1)(3)</sup> <b>Prato dieta:</b> Pá de porco cozida com massa e brócolos cozidos <sup>(1)(3)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	<b>Sopa:</b> Sopa de alho-francês <b>Prato principal e dieta:</b> Filetes de panga em cebolada no forno com salada russa <sup>(4)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
Domingo	<b>Sopa:</b> Creme de legumes <b>Prato principal:</b> Filetes de bacalhau em cebolada no forno com arroz de tomate e salada de alface <sup>(4)</sup> <b>Prato dieta:</b> Filetes de bacalhau cozidos com arroz seco de cenoura e salada de alface <sup>(4)</sup> <b>Sobremesa:</b> Maçã assada com canela	<b>Sopa:</b> Creme de legumes <b>Prato principal e dieta:</b> Peito de frango desfiado com massa espiral com couve <sup>(1)(3)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época

**Notas:** A ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos.

**Alergénios:** (1)Glúten (2)Crustáceos (3)Ovos (4)Peixe (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)Tremoços (14)Moluscos  
Além dos alergénios identificados não deve ser desconsiderada a possibilidade de ocorrência de contaminação cruzada. Para quem não é alérgico, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.