



EMENTA GERAL (ERPI_CD_SAD)

Semana: 06 a 12 de janeiro de 2025



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