EMENTA GERAL (ERPI_CD_SAD)

Semana: 17 a 23 de março de 2025

Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	**Sopa:** Sopa de legumes **Prato principal e Dieta:** Salada de grão de bico com paloco regado com molho verde e arroz branco e salada de tomate(4) **Sobremesa:** Fruta da época	**Sopa:** Sopa de legumes **Prato principal e dieta:** Jardineira de frango com grelos cozidos **Sobremesa:** Fruta da época
3ª Feira	**Sopa:** Sopa de legumes **Prato principal:** Massa à lavrador (massa com carne de vaca e porco aos cubos, chouriço, grão, cenoura e couve)(1)(3) **Prato Dieta:** Massa à lavrador cozida(1)(3) **Sobremesa:** Fruta da época	**Sopa:** Sopa de legumes **Prato principal:** Massa de atum com salada de tomate(1)(3)(4) **Sobremesa:** Fruta da época
4ª Feira	**Sopa:** Sopa de legumes **Prato principal:** Pescada estufada com batatas estufadas e brócolos cozidos(4) **Prato Infância:** Filetes de pescada no forno com batatas estufadas e brócolos cozidos(4) **Prato dieta:** Pescada cozida com batatas e brócolos cozidos(4) **Sobremesa:** Fruta da época	**Sopa:** Sopa de legumes **Prato principal e dieta:** Pá de porco estufada com massa e brócolos cozidos(1)(3) **Sobremesa:** Fruta da época
5ª Feira	**Sopa:** Sopa de ervilhas **Prato principal:** Bifinho de frango grelhado com arroz de tomate e salada de alface **Prato Dieta** Bifinho de frango grelhado com arroz branco e salada de alface **Sobremesa:** Fruta da época	**Sopa:** Sopa de ervilhas **Prato principal e dieta:** Caldeirada de tintureira com couve coração cozidas(4) **Sobremesa:** Fruta da época
6ª Feira	**Sopa:** Sopa de legumes e feijão **Prato principal:** Salada de batata com pota e ramos de brócolos(4) **Prato Creche :** Salada de batata com filetes de panga desfiados a e ramos de brócolos(4) **Sobremesa:** Fruta da época	**Sopa:** Sopa de legumes e feijão **Prato principal e dieta:** Douradinhos no forno com massa cotovelinhos e salada de tomate(1)(3)(4) **Sobremesa:** Fruta da época
Sábado	**Sopa:** Sopa de legumes **Prato principal:** Perna de peru estufada com massa estufada e juliana de legumes(1)(3) **Prato Dieta:** Perna de peru cozida com massa e juliana de legumes cozidas(1)(3) **Sobremesa:** Fruta da época	**Sopa:** Sopa de legumes **Prato principal e dieta:** Rolo de carne no forno com batatas estufadas e grelos cozidos **Sobremesa:** Fruta da época
Domingo	**Sopa:** Caldo verde **Prato principal:** Paloco à brás com salada mista(3)(4) **Prato dieta:** Migas de paloco com batatas cozidas aos cubos e raminhos de brócolos(4) **Sobremesa:** Fruta da época	**Sopa:** Caldo verde **Prato principal e dieta:** Peito de frango desfiado com massa estufada com brócolos(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.