

**EMENTA GERAL (ERPI_CD_SAD)**

Semana: 03 a 09 de março de 2025

Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Filete de pescada crocante com arroz de ervilhas e salada de alface e tomate ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁴⁾ Prato Dieta: Lombinhos de pescada cozidos com arroz branco e salada de alface e tomate ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Almôndegas de aves estufadas com massa cotovelos e brócolos cozidos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽¹²⁾ Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Cozido à portuguesa (carne de vaca, porco, frango, chouriça, batatas e couve coração cozidas) Prato Dieta: Frango cozido com batatas e couve coração cozidas Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Massa de carnes (massa macarronete com carnes desfiadas, grão, cenoura aos cubos e couve) ⁽¹⁾⁽³⁾ Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal: Filete de red fish no forno com arroz de legumes ⁽⁴⁾ Prato Infância: Medalhões de pescada estufados com arroz de legumes ⁽⁴⁾ Prato Dieta: Medalhões de pescada cozidos com arroz branco e legumes cozidos ⁽⁴⁾ Sobremesa: Maçã assada com canela	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal e dieta: Batatas à espanhola com feijão verde ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Massa à bolonhesa com salada de tomate ⁽¹⁾⁽³⁾ Prato ERPI e SAD: Bifinho de frango grelhado com massa espiral com cogumelos e salada de tomate ⁽¹⁾⁽³⁾ Prato Dieta: Bifinho de frango grelhado com massa cozida e salada de tomate ⁽¹⁾⁽³⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Salada de batata, feijão verde e panga desfiada com molho verde ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Sopa de feijão Prato principal: Abrótea estufada com arroz de tomate e brócolos cozidos ⁽⁴⁾ Prato Infância: Filetes de abrótea no forno com arroz de brócolos ⁽⁴⁾ Prato dieta: Abrótea cozida com arroz de cenoura e brócolos cozidos ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de feijão Prato principal e dieta: Massa cotovelos com filetes de alabote desfiados e couve coração ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Sopa de legumes e grão Prato principal: Costoletas de porco à salsicheiro com batatas e feijão verde cozido Prato Dieta: Costoletas de porco grelhadas com batatas e feijão verde cozido Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes e grão Prato principal e dieta: Jardineira de lulas ⁽¹⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
Domingo	Sopa: Caldo verde Prato principal: Filetes de bacalhau no forno com arroz de cenoura e grelos cozidos ⁽⁴⁾ Prato dieta: Filetes de bacalhau cozidos com arroz de cenoura e grelos cozidos ⁽⁴⁾ Sobremesa: Bolo	Sopa: Caldo verde Prato principal e dieta: Moelas estufadas com massa espiral estufada e brócolos cozidos ⁽¹⁾⁽³⁾ Sobremesa: Fruta da época

Notas: A ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos.**Alergênicos:** (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 alergênicos identificados não deve ser desconsiderada a possibilidade de ocorrência de contaminação cruzada. Para quem não é alérgico, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.