



EMENTA GERAL (ERPI_CD_SAD)

Semana: 12 a 18 de maio de 2025



Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa: Sopa de legumes e grão Prato principal e Dieta: Massa com estufado de atum, tomate, pimento, cogumelos e salada mista ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁴⁾ Prato Dieta: Ovo cozido com massa cozida e salada mista ⁽³⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes e grão Prato principal e dieta: Ovo cozido com batatas e feijão verde cozido ⁽³⁾ Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Costoletas de porco grelhadas com arroz de tomate e salada de alface Prato Dieta: Costoletas de porco grelhadas com arroz branco e salada de alface Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Filetes de alabote desfiados com massa cotovelos com ervilhas e cenoura aos cubos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e Dieta: Paloco à Gomes de Sá com feijão verde cozido ⁽³⁾⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Moelas estufadas com arroz solto e salada de tomate Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Tiras de frango estufadas com cogumelos com massa espiral e brócolos cozidos ⁽¹⁾⁽³⁾ Prato Dieta: Bifinho de frango grelhado com massa e brócolos cozidos ⁽¹⁾⁽³⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Filete de pescada em cebolada no forno com puré de batata e feijão verde cozido ⁽⁴⁾⁽⁷⁾ Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal: Bolinhos de bacalhau fritos com salada de feijão frade e arroz branco e salada mista ⁽³⁾⁽⁴⁾ Prato Dieta: Ovo cozido com arroz branco e salada mista ⁽³⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal e dieta: Perna de peru estufada com massa estufada com juliana de legumes ⁽¹⁾⁽³⁾ Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e Dieta: Jardineira de carnes (carne de vaca, porco e frango com batatas e macedónia) com salada de tomate Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Lombinhos de pescada estufados com arroz de legumes ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
Domingo	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Filetes de salmão no forno com arroz de ervilhas e salada mista ⁽⁴⁾ Prato dieta: Filetes de salmão cozidos com arroz seco de ervilhas e salada mista ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Carne de vaca estufada com macarronete com cenoura aos cubos e coração ⁽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.