



## EMENTA GERAL (ERPI\_CD\_SAD)

Semana: 12 a 18 de maio de 2025



Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	<b>Sopa:</b> Sopa de legumes e grão <b>Prato principal e Dieta:</b> Massa com estufado de atum, tomate, pimento, cogumelos e salada mista <sup>(1)(3)(4)</sup> <b>Prato Dieta:</b> Ovo cozido com massa cozida e salada mista <sup>(3)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	<b>Sopa:</b> Sopa de legumes e grão <b>Prato principal e dieta:</b> Ovo cozido com batatas e feijão verde cozido <sup>(3)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
3ª Feira	<b>Sopa:</b> Sopa de legumes <b>Prato principal:</b> Costoletas de porco grelhadas com arroz de tomate e salada de alface <b>Prato Dieta:</b> Costoletas de porco grelhadas com arroz branco e salada de alface <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	<b>Sopa:</b> Sopa de legumes <b>Prato principal:</b> Filetes de alabote desfiados com massa cotovelos com ervilhas e cenoura aos cubos <sup>(1)(3)(4)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
4ª Feira	<b>Sopa:</b> Sopa de legumes <b>Prato principal e Dieta:</b> Paloco à Gomes de Sá com feijão verde cozido <sup>(3)(4)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	<b>Sopa:</b> Sopa de legumes <b>Prato principal e dieta:</b> Moelas estufadas com arroz solto e salada de tomate <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
5ª Feira	<b>Sopa:</b> Sopa de legumes <b>Prato principal:</b> Tiras de frango estufadas com cogumelos com massa espiral e brócolos cozidos <sup>(1)(3)</sup> <b>Prato Dieta:</b> Bifinho de frango grelhado com massa e brócolos cozidos <sup>(1)(3)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	<b>Sopa:</b> Sopa de legumes <b>Prato principal e dieta:</b> Filete de pescada em cebolada no forno com puré de batata e feijão verde cozido <sup>(4)(7)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
6ª Feira	<b>Sopa:</b> Sopa de legumes e feijão <b>Prato principal:</b> Bolinhos de bacalhau fritos com salada de feijão frade e arroz branco e salada mista <sup>(3)(4)</sup> <b>Prato Dieta:</b> Ovo cozido com arroz branco e salada mista <sup>(3)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	<b>Sopa:</b> Sopa de legumes e feijão <b>Prato principal e dieta:</b> Perna de peru estufada com massa estufada com juliana de legumes <sup>(1)(3)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
Sábado	<b>Sopa:</b> Sopa de legumes <b>Prato principal e Dieta:</b> Jardineira de carnes (carne de vaca, porco e frango com batatas e macedónia) com salada de tomate <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	<b>Sopa:</b> Sopa de legumes <b>Prato principal e dieta:</b> Lombinhos de pescada estufados com arroz de legumes <sup>(4)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época
Domingo	<b>Sopa:</b> Sopa de legumes <b>Prato principal:</b> Filetes de salmão no forno com arroz de ervilhas e salada mista <sup>(4)</sup> <b>Prato dieta:</b> Filetes de salmão cozidos com arroz seco de ervilhas e salada mista <sup>(4)</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	<b>Sopa:</b> Sopa de legumes <b>Prato principal e dieta:</b> Carne de vaca estufada com macarronete com cenoura aos cubos e coração <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 rijas (9)Aipo (10)Mostarda (11)Sementes de sésamo (12)Dióxido de enxofre e sulfitos (13)Tremoços (14)Moluscos

Além dos alérgenos identificados não deve ser desconsiderada a possibilidade de ocorrência de contaminação cruzada. Para quem não é alérgico, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.