



EMENTA GERAL (ERPI_CD_SAD)

Semana: 19 a 25 de maio de 2025



Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Feijoada de frango e carne de vaca (feijão vermelho, carne de vaca, peito de frango com cenoura e couve) e arroz branco Prato Dieta: Carne de frango cozida com arroz branco e couve cozida Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Batatas à espanhola com feijão verde ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal: Douradinhos no forno com arroz de tomate e feijão branco e salada de alface ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁴⁾⁽⁶⁾ Prato Dieta: Pescada cozida com arroz branco e salada de alface ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal: Peito de frango desfiado com massa cotovelos e brócolos cozidos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹²⁾ Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Bifanas estufadas com massa esparguete com juliana de legumes ⁽¹⁾⁽³⁾ Prato Dieta: Febra grelhada com massa esparguete com juliana de legumes ⁽¹⁾⁽³⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Caldeirada de tamboril com feijão verde cozido ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal: Red-fish no forno com arroz de legumes ⁽⁴⁾ Prato Infância: Filetes de red fish estufados com arroz de legumes ⁽⁴⁾ Prato Dieta: Red fish cozido com arroz branco e legumes cozidos ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal e dieta: Hamburguer de aves estufado com massa e brócolos cozidos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹²⁾ Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Sopa de ervilhas Prato principal: Coxa de frango estufada com batatas estufadas e juliana de legumes Prato Dieta: Coxa de frango cozida com batatas e juliana de legumes cozidas Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de ervilhas Prato principal: Sardinha petinga com arroz de tomate e salada mista ⁽⁴⁾ Prato principal: Ovo cozido com arroz branco e salada mista ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Abrótea no forno com arroz de tomate e salada de alface ⁽⁴⁾ Prato principal: Abrótea cozida com arroz de cenoura e salada de alface ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Rancho simples (carne de vaca aos cubos com massa macarronete com grão, cenoura e couve) ⁽¹⁾⁽³⁾ Sobremesa: Fruta da época
Domingo	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Carne de porco à alentejana com salada mista ⁽²⁾ 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: Massada de filetes de alabote com legumes ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁴⁾ 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.