



EMENTA GERAL (ERPI_CD_SAD)

Semana: 26 de janeiro a 01 de fevereiro de 2026

Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Bifanas estufadas com batatas e feijão verde cozido Prato Dieta: Febra cozida com batatas e feijão verde cozido Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Paloco à Gomes de Sá ⁽³⁾⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal: Filetes de pescada no forno com arroz de tomate e brócolos cozidos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁴⁾ Prato Dieta: Filetes de pescada cozidos com arroz branco e brócolos cozidos ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal e dieta: Jardineira de carnes Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Creme de legumes Prato principal: Tiras de frango estufadas com massa esparguete e juliana de legumes ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Prato Dieta: Bifinho de frango cozido com massa e juliana de legumes ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Creme de legumes Prato principal e dieta: Rissóis de carne fritos com arroz de tomate e salada ⁽¹⁾⁽³⁾ Sobremesa: Doces de Natal ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽¹³⁾
5ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Abrótea no forno com batatas estufadas e grelos cozidos ⁽⁴⁾ Prato Infância: Salada de batata com ovo e feijão verde ⁽³⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Massa de carne de vaca com legumes ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal: Feijoada à transmontana com arroz branco Prato Dieta: Carne cozida com arroz branco e couve coração cozida Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal e dieta: Filetes de alabote desfiados com batatas aos cubos e raminhos de brócolos ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Raia no forno com arroz de ervilhas e salada ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Moelas estufadas com massa com brócolos cozidos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Sobremesa: Fruta da época
Domingo	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal: Perna de peru estufada com batatas assadas e grelos cozidos Sobremesa: Maçã assada com canela	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal e dieta: Filetes de salmão no forno com arroz de brócolos ⁽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.