

**EMENTA GERAL (ERPI\_CD\_SAD)**

Semana: 26 de janeiro a 01 de fevereiro de 2026

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