



EMENTA GERAL (ERPI_CD_SAD)

Semana: 16 a 22 de janeiro de 2025

Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Salada russa com atum ⁽³⁾⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Arroz de pato desfiado com feijão verde cozido Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal: Cozido à portuguesa Prato Dieta: Carne cozida com batatas e couve cozidas Sobremesa: Pudim ⁽³⁾⁽⁷⁾	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal e dieta: Filetes de panga no forno com massa cotovelos com feijão e cenoura aos cubos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁴⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Pataniscas de bacalhau com arroz de tomate e salada ⁽³⁾⁽⁴⁾ Prato Dieta: Ovo cozido com arroz de branco e salada ⁽³⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Farinha de pau Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal: Perna de frango estufada com massa espiral estufada com macedónia Prato Dieta: Perna de frango cozido com massa e macedónia cozidas Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal e dieta: Coelho estufado com arroz solto e salada Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Ovos mexidos com arroz de cenoura e salada ⁽³⁾ Prato Infância: Ovos mexidos com arroz solto de legumes ⁽³⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Caldeirada de peixe com feijão-verde cozidos ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Perna de peru estufada com batatas assadas e grelos cozidos Prato dieta: Perna de peru cozida com batatas e grelos cozidos Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Arroz de peixe com couve coração ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
Domingo	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal: Pá de porco estufada com arroz de cenoura e grelos cozidos Sobremesa: Maçã assada com canela	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal e dieta: Massa de carnes com feijão-verde ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ 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.