



EMENTA GERAL (ERPI_CD_SAD)

Semana: 02 a 08 de março de 2026



Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Meia desfeita (batata, grão, migas, ovo e feijão verde) com molho verde ⁽³⁾⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Massa macarronete estufada com peito de frango aos cubos e couve Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Feijoada à moda do Porto Prato dieta: Carne cozida com arroz branco e couve cozida Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Salada russa com lombinhos de pescada desfiados ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal: Sardinha petinga frita com arroz de tomate com salada ⁽⁴⁾ Prato Infância: Filete de salmão no forno com arroz de tomate com salada ⁽⁴⁾ Prato dieta: Filete de salmão cozido com arroz branco e juliana de legumes ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Coelho estufado com massa cotovelos com legumes Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Perna de frango estufada com batatas assadas e brócolos cozidos Prato Dieta: Frango cozido com batatas e brócolos cozidos Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Salada de batata com ovo aos cubos com feijão verde e molho verde ⁽³⁾ Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Sopa de grão Prato principal: Bolonhesa da atum com salada ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁴⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Prato dieta: Atum com massa cozida e salada ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁴⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de grão Prato principal e dieta: Farinha de pau de peixe Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Perna de peru estufada com batatas assadas e grelos cozidos Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Filetes de red-fish no forno com arroz de couve coração ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
Domingo	Sopa: Caldo-verde Prato principal: Arroz de cabidela com salada Sobremesa: Bolo simples ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁷⁾	Sopa: Caldo-verde Prato principal e dieta: Filetes de salmão desfiado com massa espiral com macedónia ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁴⁾⁽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.