

**EMENTA GERAL (ERPI_CD_SAD)**

Semana: 30 de março a 05 de abril 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: Arroz de frango com salada Sobremesa: Maçã assada com canela
3ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Feijoada à transmontana com arroz branco Prato Dieta: Carne cozida com arroz branco e couve cozida Sobremesa: Pera assada com canela	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Salada russa com filetes de alabote desfiados ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal: Ovos mexidos com arroz de cenoura e salada mista ⁽³⁾ Prato Infância: Ovos mexidos com arroz de legumes ⁽³⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Pato desfiado com massa cotovelos com macedónia ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Perna de frango estufado com massa cotovelos estufada com legumes ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Prato dieta: Perna de frango cozida com massa e legumes cozidos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Arroz de peixe com legumes ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Sopa de grão Prato principal: Red fish estufado com batatinhas assadas e grelos cozidos ⁽⁴⁾ Prato dieta: Red fish cozido com batatas e grelos cozidos ⁽⁴⁾ Sobremesa: Maçã assada com canela	Sopa: Sopa de grão Prato principal e dieta: Farinha de pau de peixe ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Arroz à valenciana com salada mista Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Filetes de salmão no forno com arroz de couve coração ⁽⁴⁾ Sobremesa: Maçã assada com canela
Domingo	Sopa: Caldo-verde Prato principal: Bacalhau em cebolada no forno com batatinhas e grelos cozidos ⁽⁴⁾ Sobremesa: Pão-de-ló ⁽¹⁾⁽³⁾	Sopa: Caldo-verde Prato principal e dieta: Coelho estufado com massa cotovelos com legumes ⁽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.