



EMENTA GERAL (ERPI_CD_SAD)

Semana: 11 a 17 de maio 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 ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Coelho estufado com massa esparguete e legumes cozidos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Sobremesa: Maçã assada com canela
3ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Feijoada à moda do Porto 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 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 Dieta: Lombinhos de pescada estufados com arroz de tomate com salada ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal e dieta: Bifinho de frango grelhado com massa espiral brócolos cozidos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de ervilhas Prato principal: Perna de frango estufada com batatas assadas e brócolos cozidos Prato Dieta: Perna de frango cozida com batatas e brócolos cozidos Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de ervilhas 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 legumes Prato principal: Bolonhesa da atum com salada ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁴⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Prato SAD: Raia no forno com arroz de legumes ⁽⁴⁾ Sobremesa: Maçã assada com canela	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Farinha de pau Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal: Arroz à valenciana com salada mista Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal: Batatas à espanhola ⁽⁴⁾ Sobremesa: Maçã assada com canela
Domingo	Sopa: Creme de legumes Prato principal: Pá de porco estufada com arroz de cenoura e grelos cozidos Sobremesa: Leite-creme ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁷⁾	Sopa: Creme de legumes Prato principal e dieta: Massa de carnes com feijão e 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.