



EMENTA GERAL (ERPI_CD_SAD)

Semana: 22 a 28 de junho de 2026

Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Salada de feijão frade com atum e ovo e arroz branco com salada de alface ⁽³⁾⁽⁴⁾ Prato SAD: Bolinhos de bacalhau fritos com salada de feijão frade com atum e ovo e arroz branco com salada de alface ⁽³⁾⁽⁴⁾ Prato Dieta: Atum com arroz branco e salada mista ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Coelho estufado com batatas estufadas com salada de tomate Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal: Costoletas estufadas com massa estufada e brócolos cozidos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Prato Dieta: Costoletas grelhadas com massa e brócolos cozidos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Arroz de peixe com salada de alface ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Paloco à Gomes Sá com salada mista ⁽³⁾⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal e dieta: Perna de peru estufada com massa e salada mista ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de feijão Prato principal: Bifinho de frango grelhado com arroz solto e salada mista Prato Dieta: Bifinho de frango grelhado com arroz branco e salada mista Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Abrótea cozida com batatas e feijão verde cozidos ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Sopa de ervilhas Prato principal: Raia no forno com batatas estufadas e grelos cozidos ⁽⁴⁾ Prato Infância: Filetes de pescada no forno com arroz de legumes ⁽⁴⁾ Prato Dieta: Raia cozida com batatas estufadas e grelos cozidos ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de ervilhas Prato principal e dieta: Massa estufada com carne com legumes ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Massa à lavrador ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Caldo verde ⁽¹²⁾ Prato principal e dieta: Salada de batata com pescada desfiada e raminhos de brócolos regado com molho verde ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
Domingo	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Rojões com tripinhas com arroz de cenoura e salada mista Sobremesa: Bolo ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁷⁾	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Perna de frango estufada com massa cotovelos com salada mista ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Sobremesa: Fruta da época

Notas: A ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos.

Alergênios: (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 alergênios identificados não deve ser desconsiderada a possibilidade de ocorrência de contaminação cruzada. Para quem não é alérgico, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Revisão: 00