



## EMENTA GERAL (ERPI\_CD\_SAD)

Semana: 10 a 16 de agosto de 2026



| Refeição | Almoço                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Jantar                                                                                                                                                                                                |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2ª Feira | <b>Sopa:</b> Sopa de legumes<br><b>Prato principal:</b> Jardineira de carnes com salada de alface<br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época                                                                                                                                                          | <b>Sopa:</b> Sopa de legumes e feijão<br><b>Prato principal e dieta:</b> Arroz de lulas com salada de alface <sup>(14)</sup><br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época                                      |
| 3ª Feira | <b>Sopa:</b> Sopa de legumes<br><b>Prato principal:</b> Filetes de pescada panados com arroz de feijão branco e salada mista <sup>(1)(3)(4)</sup><br><b>Prato Dieta:</b> Lombinhos de pescada cozidos com arroz primavera e salada mista <sup>(4)</sup><br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época    | <b>Sopa:</b> Sopa de legumes<br><b>Prato principal e dieta:</b> Carne de vaca aos cubos com massa estufada com legumes <sup>(1)(3)(6)(10)</sup><br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época                   |
| 4ª Feira | <b>Sopa:</b> Sopa de feijão<br><b>Prato principal:</b> Bifinho de frango grelhado com massa cotovelos estufada com legumes <sup>(1)(3)(6)(10)</sup><br><b>Prato Dieta:</b> Bifinho de frango grelhado com massa e legumes cozidos <sup>(1)(3)(6)(10)</sup><br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época | <b>Sopa:</b> Sopa de legumes<br><b>Prato principal e dieta:</b> Caldeira de peixe pimentos e salada de tomate <sup>(4)</sup><br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época                                      |
| 5ª Feira | <b>Sopa:</b> Sopa de legumes<br><b>Prato principal:</b> Salada de feijão-frade com atum e ovo, arroz branco com salada mista <sup>(3)(4)</sup><br><b>Prato Dieta:</b> Ovo cozido com arroz branco e salada de alface <sup>(3)</sup><br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época                        | <b>Sopa:</b> Sopa de legumes<br><b>Prato principal e dieta:</b> Coelho estufado com massa estufada com macedónia <sup>(1)(3)(6)(10)</sup><br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época                         |
| 6ª Feira | <b>Sopa:</b> Sopa de legumes e feijão<br><b>Prato principal:</b> Bifanas estufadas com batatas e legumes cozidos<br><b>Prato Dieta:</b> Febra grelhada com batatas e legumes cozidos<br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época                                                                       | <b>Sopa:</b> Sopa de legumes<br><b>Prato principal e dieta:</b> Filetes de salmão no forno com arroz primavera e salada de pepino <sup>(4)</sup><br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época                  |
| Sábado   | <b>Sopa:</b> Sopa de legumes<br><b>Prato principal:</b> Raia no forno com arroz de legumes <sup>(4)</sup><br><b>Sobremesa:</b> Gelatina                                                                                                                                                        | <b>Sopa:</b> Sopa de feijão<br><b>Prato principal e dieta:</b> Farinha de pau<br><b>Sobremesa:</b> Fruta da época                                                                                     |
| Domingo  | <b>Sopa:</b> Sopa de legumes e feijão<br><b>Prato principal:</b> Vitela estufada com batatinhas assadas e grelos cozidos<br><b>Sobremesa:</b> Bolo <sup>(1)(3)(7)</sup>                                                                                                                        | <b>Sopa:</b> Sopa de legumes e feijão<br><b>Prato principal e dieta:</b> Salada de batata com atum com raminhos de brócolos regado com molho verde <sup>(4)</sup><br><b>Sobremesa:</b> 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.