



EMENTA GERAL (ERPI_CD_SAD)

Semana: 13 a 19 de julho de 2026



Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Jardineira de carnes (frango, vaca) com salada de alface Prato Dieta: Jardineira de carnes cozida Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Lombinhos de pescada com arroz de legumes ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
3ª Feira	Sopa: Sopa de feijão Prato principal: Douradinhos no forno com arroz de tomate e salada mista ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁴⁾ Prato SAD e ERPI: Red fish estufado com arroz de couve ⁽⁴⁾ Prato Dieta: Red fish cozido com arroz branco e salada mista ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de feijão Prato principal e dieta: Ovo cozido com batatas e feijão verde cozidos ⁽³⁾ Sobremesa: Fruta da época
4ª Feira	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal: Perna de frango estufada com massa espiral com feijão e brócolos cozidos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Prato Dieta: Perna de frango cozida com massa e brócolos cozidos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes e feijão Prato principal e dieta: Arroz de pota com salada de alface ⁽¹⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
5ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Salada de batata com migas de paloco, ovo e grão e feijão verde ⁽³⁾⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Peito de frango aos cubos estufado com massa estufada com cenoura aos cubos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Sobremesa: Fruta da época
6ª Feira	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Costoleta estufada com arroz de feijão e salada mista Prato Dieta: Costoleta grelhada com arroz de cenoura e salada mista Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Salada de batata com filetes de peixe desfiado com brócolos regada com molho verde ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época
Sábado	Sopa: Caldo verde ⁽¹²⁾ Prato principal: Red-fish no forno com arroz de ervilhas e salada mista ⁽⁴⁾ Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Caldo verde ⁽¹²⁾ Prato principal e dieta: Costoleta de peru estufada com massa cotovelos com couve coração ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Sobremesa: Fruta da época
Domingo	Sopa: Sopa de legumes Prato principal: Vitela estufada com batatinhas assadas e grelos cozidos Sobremesa: Salada de fruta	Sopa: Sopa de legumes Prato principal e dieta: Filetes de panga em cebolada no forno com arroz com macedónia ⁽⁴⁾ 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 rijia (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.