



EMENTA GERAL (ERPI_CD_SAD)

Semana: 20 a 26 de julho 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 Prato principal: Massa à lavrador ⁽⁴⁾ 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: Batatas à espanhola com salada mista ⁽⁴⁾ Prato Dieta: Ovo cozido com batatas e legumes cozidos ⁽⁴⁾ Prato Infância: Salada de batata com filete de salmão desfiado com feijão verde ⁽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: Arroz à valenciana e salada mista Prato Dieta: Carne cozida 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: Abrótea cozida com batatas, couve e cenoura cozidas ⁽⁴⁾ Prato Infância: Pescada desfiada com salada russa ⁽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 e feijão Prato principal: Bifinho de frango grelhado com massa estufada e brócolos cozidos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ Prato Dieta: Bifinho de frango grelhado com massa e brócolos cozidos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽¹⁰⁾ 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.

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

