EMENTA GERAL (ERPI_CD_SAD)

Semana: 23 a 29 de novembro de 2026

Refeição	Almoço	Jantar
2ª Feira	**Sopa:** Sopa de feijão verde **Prato principal:** Feijoada à transmontana com arroz branco e couve coração **Prato dieta:** Carnes de vaca e frango estufadas ao natural com arroz branco e couve coração **Sobremesa:** Fruta da época	**Sopa:** Sopa de feijão verde **Prato principal e dieta:** Ovo cozido com batata cozida, feijão verde e cenoura (3) **Sobremesa:** Fruta da época
3ª Feira	**Sopa:** Sopa de couve-flor **Prato principal:** Abrótea cozida com batata cozida, brócolos e cenoura(4) **Prato dieta:** Abrótea cozida com batata cozida, brócolos e cenoura(4) **Sobremesa:** Fruta da época	**Sopa:** Sopa de couve-flor **Prato principal e dieta:** Carne de vaca estufada com massa e coração(1) **Sobremesa:** Fruta da época
4ª Feira	**Sopa:** Sopa de grão **Prato principal**: Pá de porco estufada com arroz e salada mista **Prato dieta:** Pá de porco cozida com arroz e salada mista **Sobremesa:** Fruta da época	**Sopa:** Sopa de grão **Prato principal e dieta:** Caldeirada de peixe(4) **Sobremesa:** Fruta da época
5ª Feira	**Sopa:** Sopa de couve-lombarda **Prato principal:** Filete de pescada com salada russa(4) **Prato dieta:** Pescada cozida com salada russa(4) **Sobremesa:** Fruta da época	**Sopa:** Sopa de couve-lombarda **Prato principal e dieta:** Frango assado com batata assada e salada de cenoura **Sobremesa:** Fruta da época
6ª Feira	**Sopa:** Sopa de feijão vermelho **Prato principal**: Bife de frango grelhado com esparguete e salada de alface **Prato dieta:** Bife de frango grelhado com esparguete e salada de alface **Sobremesa:** Fruta da época	**Sopa:** Sopa de feijão vermelho **Prato principal:** salada russa com atum e ovo(3,4) **Prato dieta:** Igual **Sobremesa:** Fruta da época
Sábado	**Sopa:** Creme de cenoura e abóbora **Prato principal:** Filete de salmão assado com arroz e juliana de legumes(4) **Prato dieta:** Filete de salmão grelhado com arroz e juliana de legumes(4) **Sobremesa:** Fruta da época	**Sopa:** Creme de cenoura e abóbora **Prato principal:** Almôndegas estufadas com massa branca e salada mista(1) **Prato dieta:** Almôndegas estufada ao natural com massa branca e salada mista (1) **Sobremesa:** Fruta da época
Domingo	**Sopa:** Caldo verde **Prato principal**: Frango do campo com arroz, ervilhas e cenoura **Prato dieta:** Frango cozido com arroz branco, ervilhas e cenoura **Sobremesa:** Fruta da época	**Sopa:** Caldo verde **Prato principal:** Filetes no forno com arroz de legumes(4) **Prato dieta:** Igual **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.