

# EMENTA

SEMANA DE 9 A 15 DE MAIO DE 2022

- ERPI
- CD
- SAD
- Cantina Social
- Colaboradores

	ALMOÇO	JANTAR
<b>Segunda-feira</b> 9 de Maio	<p><b>Sopa: Legumes</b> <b>Geral: Raia estufada com arroz de ervilhas e salada de alface</b> Dieta: Raia grelhada com arroz de ervilhas e salada de alface Dieta: Raia grelhada com arroz de ervilhas Mole: Raia desfiada com arroz de ervilhas Pastosa: Raia estufada com arroz de ervilhas (triturado) <b>Sobremesa: Fruta da época</b></p>	<p><b>Sopa: Legumes</b> <b>Sopa enriquecida: Sopa de legumes e frango</b> <b>Geral: Jardineira</b> Dieta: Carne de vaca cozida com batata cozida e cenoura Mole: Carne de vaca estufada desfiada com batatas e legumes Pastosa: Jardineira (triturado) <b>Sobremesa: Fruta da época</b></p>
<b>Terça-feira</b> 10 de Maio	<p><b>Sopa: Legumes</b> <b>Geral: Massada de peru com cenoura e repolho</b> Dieta: Peru grelhado com massa cozida e repolho cozido Mole: Peru desfiado com legumes e massa Pastosa: Massada de peru com cenoura e repolho (triturado) <b>Sobremesa: Fruta da época</b></p>	<p><b>Sopa: Legumes</b> <b>Sopa enriquecida: Sopa de legumes com pescada</b> Sopa<sup>(1)</sup>: Sopa enriquecida com peru <b>Geral: Farinha de pau com pescada e abóbora</b> Dieta: Farinha de pau com pescada e abóbora Mole: Farinha de pau com pescada e abóbora Pastosa: Farinha de pau com pescada e abóbora (triturado) <b>Sobremesa: Fruta da época</b></p>
<b>Quarta-feira</b> 11 de Maio	<p><b>Sopa: Legumes</b> <b>Geral: Badejo no forno com arroz de feijão e salada de tomate</b> Dieta: Fêvera grelhada com arroz de feijão e salada de tomate Dieta: Badejo grelhado com arroz de feijão e salada de tomate Mole: Badejo no forno desfiado com arroz de feijão Pastosa: Badejo no forno com arroz de feijão (triturado) <b>Sobremesa: Fruta da época</b></p>	<p><b>Sopa: Legumes</b> <b>Sopa enriquecida: Sopa de legumes com frango</b> <b>Geral: Massa com frango, ervilhas e pimento</b> Dieta: Frango grelhado com massa cozida Mole: Massa com frango desfiado, ervilhas e pimento Pastosa: Massa com frango, ervilhas e pimento (triturado) <b>Sobremesa: Fruta da época</b></p>
<b>Quinta-feira</b> 12 de Maio	<p><b>Sopa: Legumes</b> <b>Geral: Rojões com batatas coradas e salada de alface e cebola</b> Dieta: Fêvera grelhada com batatas cozidas e cenoura raspada Mole: Rojões desfiados com batatas coradas Pastosa: Rojões com batatas coradas e cenoura raspada (triturado) <b>Sobremesa: Fruta da época</b></p>	<p><b>Sopa: Legumes</b> <b>Sopa enriquecida: Sopa de legumes com pescada</b> Sopa<sup>(1)</sup>: Sopa enriquecida com peru <b>Geral: Arroz de peixe com repolho e feijão verde</b> Dieta: Arroz de peixe com repolho e feijão verde Mole: Arroz de peixe desfiado com repolho e feijão verde Pastosa: Arroz de peixe com repolho e feijão verde (triturado) <b>Sobremesa: Fruta da época</b></p>
<b>Sexta-feira</b> 13 de Maio	<p><b>Sopa: Legumes</b> <b>Geral: Pescada grelhada com arroz de legumes (couve coração e cenoura)</b> Dieta: Bife de frango grelhado com arroz de legumes Dieta: Pescada grelhada com arroz de legumes Mole: Pescada grelhada desfiada com arroz de legumes Pastosa: Pescada grelhada com arroz de legumes (triturado) <b>Sobremesa: Fruta da época</b></p>	<p><b>Sopa de legumes</b> <b>Sopa enriquecida: Sopa de legumes com carne de vaca</b> <b>Geral: Bife de frango grelhado com batata cozida e brócolos cozidos</b> Dieta: Bife de frango grelhado com batata cozida e brócolos cozidos Mole: Bife de frango grelhado desfiado com batata cozida e brócolos Pastosa: Bife de frango grelhado com batata cozida e brócolos (triturado) <b>Sobremesa: Fruta da época</b></p>
<b>Sábado</b> 14 de Maio	<p><b>Sopa: Legumes</b> <b>Geral: Almôndegas de carne de vaca com massa e salada de tomate</b> Dieta: Almôndegas estufadas ao natural com massa cozida e salada de tomate Mole: Almôndegas desfiadas com massa e salada de tomate Pastosa: Almôndegas com massa (triturado) <b>Sobremesa: Fruta da época</b></p>	<p><b>Sopa: Legumes</b> <b>Sopa enriquecida: Sopa de legumes com abrótea</b> Sopa<sup>(1)</sup>: Sopa enriquecida com frango <b>Geral: Abrótea no forno com arroz de cenoura</b> Dieta: Abrótea cozida com arroz de cenoura Mole: Abrótea no forno desfiada com arroz de cenoura Pastosa: Abrótea no forno com arroz de cenoura (triturado) <b>Sobremesa: Fruta da época</b></p>
<b>Domingo</b> 15 de Maio	<p><b>Sopa: Legumes</b> <b>Geral: Tripas à moda do Porto com arroz branco</b> Dieta: Frango grelhado com arroz branco e repolho cozido Mole: Rojões desfiados com arroz branco Pastosa: Rojões com arroz branco (triturado) <b>Sobremesa: Fruta da época</b></p>	<p><b>Sopa: Legumes</b> <b>Sopa enriquecida: Sopa de legumes com pescada</b> Sopa<sup>(1)</sup>: Sopa enriquecida com peru <b>Geral: Açorda de peixe com curgete</b> Dieta: Açorda de peixe com curgete Mole: Açorda de peixe com curgete Pastosa: Açorda de peixe com curgete (triturado) <b>Sobremesa: Fruta da época</b></p>

Esta ementa poderá estar sujeita a alterações por situações imprevistas

Alergénios: informe-se junto da nossa equipa

