

EMENTA

SEMANA DE 12 A 18 DE MAIO DE 2025

- ☒ ERPI
- ☒ CD
- ☐ SAD
- ☐ Cantina Social
- ☐ Colaboradores

	ALMOÇO	JANTAR
Segunda-feira 12 Maio	Sopa: Legumes Geral: Fusili de atum com salada de alface e cebola Geral ⁽¹⁾ : Massa com carne de vaca e salada Dieta: Abrótea grelhada com massa cozida e cenoura Mole: Fusili de atum desfiado com salada Pastosa: Fusili de atum com cenoura (triturado) Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Legumes Sopa enriquecida: Sopa de legumes com peru Geral: Bife de peru grelhado com arroz branco, salada de tomate e pepino Dieta: Bife de peru grelhado com arroz branco e brócolos Mole: Bife de peru grelhado com arroz branco e salada Pastosa: Bife de peru grelhado com arroz branco e brócolos (triturado) Sobremesa: Fruta da época
Terça-feira 13 Maio	Sopa: Legumes Geral: Costeleta grelhada com arroz de legumes Dieta: Costeleta grelhada com arroz branco e repolho Mole: Costeleta grelhada desfiada com arroz de legumes Pastosa: Costeleta grelhada com arroz de legumes (triturado) Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Legumes Sopa enriquecida: Sopa de legumes com pescada Sopa ⁽¹⁾ : Sopa enriquecida com frango Geral: Farinha de pau com pescada e curgete Dieta: Farinha de pau com pescada e curgete Mole: Farinha de pau com pescada e curgete Pastosa: Farinha de pau com pescada e curgete (triturado) Sobremesa: Fruta da época
Quarta-feira 14 Maio	Sopa: Legumes Geral: Pescada à Gomes de Sá com salada de alface, cebola e pepino Geral ⁽¹⁾ : Fêvera grelhada com batatas cozidas e salada Dieta: Pescada cozida com batatas cozidas e feijão verde Mole: Pescada à Gomes de Sá desfiada com salada Pastosa: Pescada à Gomes de Sá (triturado) Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Legumes Sopa enriquecida: Sopa de legumes com frango Geral: Fêveras estufadas com arroz de ervilhas e cenoura raspada Dieta: Fêveras grelhadas com arroz branco e cenoura cozida Mole: Fêveras estufadas desfiadas com arroz branco e cenoura cozida Pastosa: Fêveras estufadas com arroz de ervilhas e cenoura raspada (triturado) Sobremesa: Fruta da época
Quinta-feira 15 Maio	Sopa: Legumes Geral: Rancho de frango com cenoura e repolho Dieta: Frango cozido com massa cozida e repolho Mole: Rancho de frango desfiado com cenoura e repolho Pastosa: Rancho de frango (triturado) Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Legumes Sopa enriquecida: Sopa de legumes com pescada Sopa ⁽¹⁾ : Sopa enriquecida com frango Geral: Caldeirada de peixe com legumes salteados Dieta: Peixe vermelho grelhado com batata e couve flor Mole: Caldeirada de peixe com legumes cozidos Pastosa: Caldeirada de peixe com legumes cozidos (triturado) Sobremesa: Fruta da época
Sexta-feira 16 Maio	Sopa: Legumes Geral: Arroz de marisco com salada de tomate e cebola Geral ⁽¹⁾ : Arroz de carne com salada Dieta: Arroz de pescada com couve coração Mole: Arroz de marisco com salada de tomate e cebola Pastosa: Arroz de marisco com couve coração (triturado) Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Legumes Sopa enriquecida: Sopa de legumes com peru Geral: Massa de peru com feijão vermelho e feijão verde Dieta: Peru grelhado com massa cozida e feijão verde cozido Mole: Peru desfiado com massa com feijão vermelho e feijão verde Pastosa: Massa de peru com feijão vermelho e feijão verde (triturado) Sobremesa: Fruta da época
Sábado 17 Maio	Sopa: Legumes Geral: Jardineira de carnes Dieta: Bife de peru grelhado com batatas cozidas e brócolos cozidos Mole: Jardineira com carnes desfiadas Pastosa: Jardineira (triturado) Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Legumes Sopa enriquecida: Sopa de legumes com abrótea Sopa ⁽¹⁾ : Sopa enriquecida com peru Geral: Douradinhos no forno com arroz de ervilhas e cenoura raspada Geral ⁽¹⁾ : Peru grelhado com arroz de ervilhas e cenoura raspada Dieta: Pescada grelhada com arroz branco e cenoura cozida Mole: Douradinhos no forno com arroz de ervilhas e cenoura cozida Pastosa: Douradinhos no forno com arroz de ervilhas e cenoura raspada (triturado) Sobremesa: Fruta da época
Domingo 18 Maio	Sopa: Legumes Geral: Lombo assado com batatas assadas e salada de tomate e alface Dieta: Frango assado sem molho com batatas cozidas e repolho Mole: Lombo assado desfiado com batatas assadas e salada de tomate e alface Pastosa: Lombo assado com batatas assadas e repolho (triturado) Sobremesa: Fruta da época	Sopa: Legumes Sopa enriquecida: Sopa de legumes com pescada Sopa ⁽¹⁾ : Sopa enriquecida com peru Geral: Farinha de pau de peixe com espinafres e tomate Dieta: Farinha de pau de peixe com feijão verde Mole: Farinha de pau de peixe com espinafres e tomate Pastosa: Farinha de pau de peixe com espinafres e tomate (triturado) Sobremesa: Fruta da época

Esta ementa poderá estar sujeita a alterações por situações imprevistas

Alergénios: informe-se junto da nossa equipa

