

## EMENTA

SEMANA DE 27 A 31 DE OUTUBRO DE 2025

ERPI  
 CD  
 SAD  
 Cantina Social  
 Colaboradores

<b>Segunda</b> 27 Outubro	<b>Sopa: Legumes</b> <b>Geral: Bife de peru à pizzaiolo com arroz branco e salada de alface e cenoura</b> Dieta: Bife de peru grelhado com arroz branco e cenoura cozida <b>Sobremesa: Fruta da época</b>
<b>Terça</b> 28 Outubro	<b>Sopa: Legumes</b> <b>Geral: Bacalhau à Gomes de Sá com salada de alface e pepino</b> Dieta: Abrótea grelhada com batata cozida e feijão verde <b>Sobremesa: Fruta da época</b>
<b>Quarta</b> 29 Outubro	<b>Sopa: Legumes</b> <b>Geral: Massa com frango, cenoura e repolho</b> Dieta: Frango grelhado com massa e repolho <b>Sobremesa: Fruta da época</b>
<b>Quinta</b> 30 Outubro	<b>Sopa: Legumes</b> <b>Geral: Douradinhos de peixe no forno com arroz de penca</b> Dieta: Pescada cozida com arroz de couve coração <b>Sobremesa: Fruta da época</b>
<b>Sexta</b> 31 Outubro	<b>Sopa: Legumes</b> <b>Geral: Iscas de fígado de vaca com cebolada, batata cozida e salada de cenoura e couve roxa</b> Dieta: Bife de frango grelhado com batata cozida e cenoura cozida <b>Sobremesa: Fruta da época</b>

Esta ementa poderá estar sujeita a alterações por situações imprevistas  
Alergénios: informe-se junto da nossa equipa

Ementa elaborada por: Joana Maranhas | Nutricionista



Ementa aprovada por: