

# EMENTA

SEMANA DE 4 A 10 DE MAIO DE 2026

- ERPI
- CD
- SAD
- Cantina Social
- Colaboradores

	ALMOÇO	JANTAR
<b>Segunda-feira</b> 4 Maio	<p><b>Sopa: Legumes</b> <b>Geral: Bife de frango à pizzaiolo com arroz branco e salada de alface e cenoura</b> Dieta: Bife de frango grelhado com arroz branco e cenoura cozida Mole: Bife de frango desfiado com arroz branco e salada de alface Pastosa: Bife de frango à pizzaiolo com arroz branco e cenoura cozida (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 frango <b>Geral: Perca grelhada com batatas cozidas e brócolos cozidos</b> Dieta: Perca grelhada com batatas cozidas e brócolos cozidos Mole: Perca grelhada desfiada com batatas cozidas e brócolos Pastosa: Perca grelhada com batatas cozidas e brócolos (triturado) <b>Sobremesa: Fruta da época</b></p>
<b>Terça-feira</b> 5 Maio	<p><b>Sopa: Legumes</b> <b>Geral: Pescada no forno com puré e salada de alface e pepino</b> Geral<sup>(1)</sup>: Fêvera estufada com puré e salada de alface e pepino Dieta: Pescada cozida com batata cozida e feijão verde Mole: Pescada no forno desfiada com puré e feijão verde Pastosa: Pescada no forno com puré e feijão verde (triturado) <b>Sobremesa: Fruta da época</b></p>	<p><b>Sopa: Legumes</b> <b>Sopa enriquecida: Sopa de legumes e frango</b> <b>Geral: Farinha de pau com frango e couve flor</b> Dieta: Farinha de pau com frango e couve flor Mole: Farinha de pau com frango desfiado e couve flor Pastosa: Farinha de pau com frango e couve flor (triturado) <b>Sobremesa: Fruta da época ou aletria</b></p>
<b>Quarta-feira</b> 6 Maio	<p><b>Sopa: Legumes</b> <b>Geral: Massa com carne, cenoura e repolho</b> Dieta: Carne grelhada com massa e repolho Mole: Massa com carne desfiada, cenoura e repolho Pastosa: Massa com carne, 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: Solha no forno com arroz de ervilhas e legumes salteados</b> Dieta: Solha no forno sem molho com arroz branco e curgete Mole: Solha no forno desfiado com arroz de ervilhas e legumes salteados Pastosa: Solha no forno desfiado com arroz de ervilhas e legumes salteados (triturado) <b>Sobremesa: Fruta da época</b></p>
<b>Quinta-feira</b> 7 Maio	<p><b>Sopa: Legumes</b> <b>Geral: Pataniscas de bacalhau com arroz de feijão e salada de tomate</b> Geral<sup>(1)</sup>: Pataniscas de legumes com arroz de feijão e salada de tomate Dieta: Pescada grelhada com arroz branco e cenoura cozida Mole: Pataniscas de bacalhau com arroz de feijão e cenoura cozida Pastosa: Pataniscas de bacalhau com arroz de feijão e cenoura (triturado) <b>Sobremesa: Fruta da época</b></p>	<p><b>Sopa: Legumes</b> <b>Sopa enriquecida: Sopa de legumes com frango</b> <b>Geral: Jardineira de frango</b> Dieta: Frango grelhado com batata cozida e couve flor Mole: Jardineira com frango desfiado Pastosa: Jardineira de frango (triturado) <b>Sobremesa: Fruta da época</b></p>
<b>Sexta-feira</b> 8 Maio	<p><b>Sopa: Legumes</b> <b>Geral: Rojões com batatas e salada de alface e cebola</b> Dieta: Rojões ao natural com batatas cozidas e brócolos cozidos Mole: Rojões desfiados com batatas e salada Pastosa: Rojões com batatas e brócolos (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 peru <b>Geral: Arroz de peixe com pimento e feijão verde</b> Dieta: Arroz de peixe com feijão verde Mole: Arroz de peixe com pimento e feijão verde Pastosa: Arroz de peixe com pimento e feijão verde (triturado) <b>Sobremesa: Fruta da época</b></p>
<b>Sábado</b> 9 Maio	<p><b>Sopa: Legumes</b> <b>Geral: Abrótea estufada com arroz de legumes</b> Geral<sup>(1)</sup>: Fêvera grelhada com arroz de legumes Dieta: Abrótea grelhada com arroz branco e repolho Mole: Abrótea estufada desfiada com arroz de legumes Pastosa: Abrótea estufada 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 peru</b> <b>Geral: Massa de carne com salada de alface e cenoura</b> Dieta: Carne grelhada com massa cozida e cenoura Mole: Massa de carne desfiada com salada de alface e cenoura Pastosa: Massa de carne com cenoura (triturado) <b>Sobremesa: Fruta da época</b></p>
<b>Domingo</b> 10 Maio	<p><b>Sopa: Legumes</b> <b>Geral: Peru assado com arroz branco e salada alface e cebola</b> Dieta: Peru grelhado com arroz branco e feijão verde cozido Mole: Peru assado desfiado com arroz branco e feijão verde cozido Pastosa: Peru assado com arroz branco e feijão verde (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 de pescada com curgete</b> Dieta: Farinha de pau pescada com curgete Mole: Farinha de pau de pescada com curgete Pastosa: Farinha de pau 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

