

Ementa 4 ERPI - GERAÇÃO

2ª FEIRA	ALMOÇO	2ª FEIRA	JANTAR
Sopa	Sopa de feijão-verde e abóbora	Sopa	Sopa de feijão-verde e abóbora
Prato	^{1, 2, 4, 6, 7, 10, 12, 14} Bacalhau à Brás com salada	Prato	Perna de Perú assado com arroz de chouriço e salada ^{1, 6, 12}
Dieta	^{2, 4, 12, 14} Bacalhau em posta cozido com batata, couve e cenoura	Dieta	Perna de Perú estufado simples com arroz branco e salada
Sobremesa	Pudim de caramelo ⁷ / Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
3ª FEIRA	ALMOÇO	3ª FEIRA	JANTAR
Sopa	Sopa de brócolos e courgette	Sopa	Sopa de brócolos e courgette
Prato	^{1, 6, 12} Favas guisadas com carne de porco, enchidos e arroz	Prato	Arroz de peixe com delícias do mar e coentros ^{2, 4}
Dieta	Carne de porco estufada simples com arroz e cenoura	Dieta	Pescada ^{2, 4} cozida com batata e legumes cozidos
Sobremesa	Fruta da época / Gelatina	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
4ª FEIRA	ALMOÇO	4ª FEIRA	JANTAR
Sopa	Espinafres	Sopa	Espinafres
Prato	^{1, 3, 4, 7} Filete de peixe dourado com arroz de feijão ^{6, 13} e salada	Prato	Frango com molho de tomate com macarronetes e salada ^{1, 6, 10}
Dieta	^{2, 4} Pescada no forno simples com arroz de cenoura e salada	Dieta	Frango simples com macarronetes e salada ^{1, 6, 10}
Sobremesa	Leite de creme ⁷ / Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
5ª FEIRA	ALMOÇO	5ª FEIRA	JANTAR
Sopa	^{1, 6, 10} Creme de abóbora com massinhãs	Sopa	Creme de abóbora com massinhãs ^{1, 6, 10}
Prato	¹² Carne de porco à portuguesa com salada	Prato	Empadão (arroz) de atum ⁴ e salada
Dieta	Febras estufadas simples com arroz branco e salada	Dieta	Abrótea ⁴ cozida com batata e macedónia
Sobremesa	Fruta da época / Gelatina	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
6ª FEIRA	ALMOÇO	6ª FEIRA	JANTAR
Sopa	^{6, 13} Feijão com couve	Sopa	Feijão com couve ^{6, 13}
Prato	^{2, 4} Posta de pescada assada no forno com cebolada, furtos do mar e jardineira de legumes ^{1, 2, 3, 4, 5}	Prato	Almôndegas de aves com esparguete e salada ^{1, 6, 12}
Dieta	^{2, 4} Posta de pescada assada no forno simples com batata e jardineira de legumes	Dieta	Almôndegas de aves simples com esparguete e salada ^{1, 6, 12}
Sobremesa	Fruta da época / Mosaico de gelatina ⁷	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
SÁBADO	ALMOÇO	SÁBADO	JANTAR
Sopa	Sopa de brócolos e courgette	Sopa	Sopa de brócolos e courgette
Prato	^{4, 12} Assado misto (perninha de frango e salsicha fresca) com arroz branco e feijão preto ^{6, 13}	Prato	^{2, 4} Solha no forno com molho verde, batata cozida e legumes
Dieta	Bife de frango estufado simples com arroz e salada	Dieta	^{2, 4} Solha no forno simples com batata cozida e legumes
Sobremesa	Pudim ⁷ / Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
DOMINGO	ALMOÇO	DOMINGO	JANTAR
Sopa	Sopa de cenoura com repolho	Sopa	Sopa de cenoura com repolho
Prato	^{2, 4, 12, 14} Bacalhau fresco cozido com batata, cenoura e brócolos cozidos	Prato	Costeletas de porco estufadas com fusili e jardineira de legumes ^{1, 6, 10}
Dieta	^{2, 4, 12, 14} Bacalhau fresco cozido com batata, cenoura e brócolos cozidos	Dieta	Costeletas de porco estufadas simples com fusili e jardineira de legumes ^{1, 6, 10}
Sobremesa	Fruta da época / Gelatina	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina

Nota: a) A refeição contém ou pode conter os seguintes alérgenos: 1 Cereais que contém glúten, 2 Crustáceos, 3 Ovos, 4 Peixe, 5 Amendoins, 6 Soja, 7 Leite, 8 Frutos de casca rijas, 9 Aipo, 10 Mostarda, 11 Semente de Sésamo, 12 Dióxido de enxofre e sulfitos, 13 Tremeços, 14 Moluscos.

Para quem *não* é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas.

Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.