

Ementa 5 ERPI - GERAÇÃO

2ª FEIRA	ALMOÇO	2ª FEIRA	JANTAR
Sopa	Creme de ervilhas	Sopa	Creme de ervilhas
Prato	Frango assado no forno à mexicana (pimento e milho), esparguete ^{1,6,10} e juliana de couve	Prato	Arroz de atum ⁴ e legumes
Dieta	Frango estufado simples, esparguete ^{1,6,10} e juliana de couve	Dieta	⁴ Arroz de peixe ^{2,4} simples e legumes
Sobremesa	Pêra assada com canela / Gelatina	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
3ª FEIRA	ALMOÇO	3ª FEIRA	JANTAR
Sopa	Feijão-verde	Sopa	Feijão-verde
Prato	Dourada ⁴ grelhada/forno com batata cozida e brócolos	Prato	Coelho estufado com arroz de ervilhas
Dieta	Dourada ⁴ grelhada/forno simples com batata cozida e brócolos	Dieta	Hambúrguer simples ^{1,6,12} com arroz de ervilhas
Sobremesa	Fruta da época / Gelatina	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
4ª FEIRA	ALMOÇO	4ª FEIRA	JANTAR
Sopa	Creme de abóbora	Sopa	Creme de abóbora
Prato	Rancho de carnes (carne de porco, frango, chispe, chouriço de carne, ⁶ macarronete, ^{1,6,10} grão de bico, ^{6,13} cenoura e lombardo)	Prato	Filetes ^{2,4} no forno, batata e legumes cozidos
Dieta	Carne de porco estufada simples com massa e cenoura e lombardo cozidos ^{1,6,10}	Dieta	Filetes ^{2,4} no forno simples, batata e legumes cozidos
Sobremesa	Pudim de pão ^{1,3,7} / Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
5ª FEIRA	ALMOÇO	5ª FEIRA	JANTAR
Sopa	Espinafres com massa ^{1,6,10}	Sopa	Espinafres com massa ^{1,6,10}
Prato	Bacalhau (migas) espiritual e salada ^{1,2,4,6,7,10,12,14}	Prato	Vitela estufada com massa e macedónia ^{1,6,10}
Dieta	Salada de bacalhau com batata e legumes ^{2,4,12,14}	Dieta	Vitela estufada simples com massa e macedónia ^{1,6,10}
Sobremesa	Arroz doce ⁷ / Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
6ª FEIRA	ALMOÇO	6ª FEIRA	JANTAR
Sopa	Sopa de courgette com cenoura	Sopa	Sopa de courgette com cenoura
Prato	Alheira ^{1,6} no forno com batata frita e arroz e salada	Prato	Tortilha de peixe ^{2,3,4} com ervilhas e cenoura
Dieta	Bifinhos e frango simples com arroz e salada	Dieta	Salada de pescada ^{2,4} com ervilhas e cenoura
Sobremesa	Fruta da época / Gelatina	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
SÁBADO	ALMOÇO	SÁBADO	JANTAR
Sopa	Juliana	Sopa	Juliana
Prato	Carapaus fritos ^{1,4} com açorda de tomate ¹ e legumes cozidos	Prato	Ervilhas guisadas com carne de porco, cenoura, chouriço ⁶ e arroz branco
Dieta	Solha ^{2,4} no forno simples com batata e legumes cozidos	Dieta	Carne de porco estufadas simples com cenoura, ervilhas e arroz branco
Sobremesa	Fruta da época / Gelatina	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina
DOMINGO	ALMOÇO	DOMINGO	JANTAR
Sopa	Sopa de legumes	Sopa	Sopa de legumes
Prato	Rolo de carne ^{1,6,12} no forno com esparguete ^{1,6,10} e salada mista	Prato	Maruca ⁴ de cebolada com pimento e batata cozida e salada
Dieta	Rolo de carne ^{1,6,12} no forno simples com esparguete ^{1,6,10} e salada mista	Dieta	Maruca ⁴ simples com batata cozida e salada
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 rijá, 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.