

Plano de Ementas de 10.06.2024 a 16.06.2024

	Almoço		Jantar
Segunda Feira	<p>Alho-Francês – com pota^{4,14} Potas^{4,14} estufadas com batata e brócolos cozidos</p> <p>Pota^{4,14} estufada com batata e cenoura Pera e/Pera cozida com canela</p>	<p>Sopa - Enriquecida Geral</p> <p>Ligeira Sobremesa</p>	<p>Alho-Francês – com carne de peru Bife de peru no forno com limão e alho, acompanhar com arroz. Salada de tomate</p> <p>Bife de peru no forno com arroz e alho-francês cozido Maçã e/ou Maçã assada com canela</p>
Terça Feira	<p>Creme de Espinafres – com carne de porco Rancho^{1,3,12} Carne de porco cozida com massa cotovelinhos e esparregado de abóbora Laranja</p>	<p>Sopa - Enriquecida Geral Ligeira Sobremesa</p>	<p>Creme de Espinafres – com peixe vermelho⁴ Peixe vermelho⁴ cozido com batata e couve-flor Peixe vermelho⁴ cozido com batata e feijão verde Banana</p>
Quarta Feira	<p>Couve Lombarda – com abrótea⁴ Carapau⁴ grelhado com batata assada e brócolos salteados Carapau⁴ grelhado com batata e brócolos cozidos Maçã e/ou Maçã assada com canela</p>	<p>Sopa - Enriquecida Geral Ligeira Sobremesa</p>	<p>Couve Lombarda – com carne de coelho e/ou de peru Coelho estufado com cenoura e arroz de ervilhas Coelho estufado com arroz e cenoura cozida Pera e/ou Pera assada com canela</p>
Quinta Feira	<p>Nabo e Curgete – com carne de frango Perna de frango no forno com massa espiral^{1,3}. Salada de pepino e cenoura Perna de frango no forno com massa espiral^{1,3} e alho-francês cozido Gelatina</p>	<p>Sopa - Enriquecida Geral Ligeira Sobremesa</p>	<p>Nabo e Curgete – com pescada⁴ Peixe galo⁴ no forno com batata dourada e couve coração cozida Peixe galo⁴ no forno com batata e feijão verde cozidos Maçã e/ou Maçã cozida com canela</p>
Sexta Feira	<p>Feijão Frade– com abrótea⁴ Solha⁴ frita com arroz de tomate. Salada de alface e cebola Solha⁴ grelhada com arroz e abóbora cozida Banana</p>	<p>Sopa - Enriquecida Geral Ligeira Sobremesa</p>	<p>Feijão Frade – com carne de peru Peru no forno com massa macarronete^{1,3}. Salada de alface e cenoura Peru no forno com massa macarronete^{1,3}, curgete e cenoura cozida Pera e/ou Pera cozida com canela</p>
Sábado	<p>Nabiças – com carne de porco Lombo de porco no forno com puré de batata^{1,3,7}. Couve-lombarda cozida Carne de porco estufada com puré de batata^{1,3,7} e alho-francês cozido Laranja</p>	<p>Sopa - Enriquecida Geral Ligeira Sobremesa</p>	<p>Nabiças – com pescada⁴ Arroz malandrinho de pescada⁴ com brócolos cozidos Arroz malandrinho de pescada⁴ com curgete e feijão verde cozidos Maçã e/ou Maçã assada com canela</p>
Domingo	<p>Legumes – com migas de bacalhau⁴ Bacalhau⁴ assado com cebola e pimento, acompanhado por batata cozida e salada de alface e cenoura Bacalhau⁴ cozido com batata, cenoura e feijão verde Arroz doce^{3,7}</p>	<p>Sopa - Enriquecida Geral</p> <p>Ligeira</p> <p>Sobremesa</p>	<p>Legumes – com ovo³ Bife de frango estufado com massa esparguete^{1,3}. Salada de cenoura</p> <p>Pera e/ou Pera cozida com canela</p>

Nota: As dietas de textura modificada – dieta cremosa ou mole – advêm das dietas padrão geral ou ligeira, sofrendo, posteriormente, o processo de transformação/adaptação de consistência.

Em caso de alergia ou intolerância alimentar, avisar um profissional da Instituição. Alergénios Alimentares: 1. Cereais c/ glúten; 2. Crustáceos; 3. Ovo; 4. Peixe; 5. Amendoim; 6. Soja; 7. Leite; 8. Frutos de casca rijia; 9. Aipo; 10. Mostarda; 11. Sésamo; 12. Sulfitos; 13. Tremoço; 14. Moluscos. A ementa poderá sofrer alterações.