

Plano de Ementas de 17.06.2024 a 23.06.2024

	Almoço		Jantar
Segunda Feira	<p>Creme de Ervilhas – porco Bifes de porco em cebolada, acompanhados por arroz. Salada de alface Carne de porco cozida com arroz e esparregado de abóbora Maçã e/ou Maçã cozida/assada</p>	<p>Sopa - Enriquecida Geral Ligeira Sobremesa</p>	<p>Creme de Ervilhas – abrótea⁴ Cavala⁴ cozida com batata e couve coração Cavala⁴ cozida com batata e feijão verde Banana</p>
Terça Feira	<p>Caldo Verde Couve Branca – pescada⁴ Pescada⁴ cozida com batata, grão, ovo³ e couve-lombarda cozidos Pescada⁴ cozida com batata e cenoura cozida Melancia ou Melão ou Laranja</p>	<p>Sopa - Enriquecida Geral Ligeira Sobremesa</p>	<p>Caldo Verde Couve Branca – peru Bife de peru estufado, acompanhado por massa espiral^{1,3} e salada de cenoura Maçã e/ou Maçã cozida/assada</p>
Quarta Feira	<p>Couve Coração – vaca Feijoad^{1,3,6,7,12} Carne de vaca cozida com arroz e esparregado de alho-francês Pera e/ou Pera assada/cozida</p>	<p>Sopa - Enriquecida Geral Ligeira Sobremesa</p>	<p>Couve Coração – pescada⁴ Solha⁴ no forno com batatinha e repolho cozido Solha⁴ no forno com batatinha e abóbora cozida Banana</p>
Quinta Feira	<p>Repolho – filete de pescada⁴ Empadão de peixe^{1,3,4,7} com espinafres. Salada de alface e cebola Peixe vermelho⁴ cozido com batatas e feijão verde Pão de Ló^{1,3,7}</p>	<p>Sopa - Enriquecida Geral Ligeira Sobremesa</p>	<p>Repolho – carne de frango Frango estufado com ervilhas, cenoura e massa esparguete^{1,3} cozida Frango estufado ao natural com cenoura e massa esparguete^{1,3} cozida Maçã e/ou Maçã cozida/assada</p>
Sexta Feira	<p>Creme de Brócolos – com carne de peru Peru no forno¹² com arroz de cenoura. Salada de tomate e couve roxa Peru no forno com arroz de cenoura e esparregado de cenoura e curgete Pera e/ou Pera assada/cozida</p>	<p>Sopa - Enriquecida Geral Ligeira Sobremesa</p>	<p>Creme de Brócolos – com abrótea⁴ Abrótea⁴ cozida com batata e brócolos salteados Abrótea⁴ cozida com batata e alho-francês Maçã e/ou Maçã cozida/assada</p>
Sábado	<p>Feijão – com pota^{4,14} Tentáculos^{4,14} no forno com batata a murro e couve-flor salteada Tentáculos^{4,14} no forno com batata e abóbora cozidas Laranja</p>	<p>Sopa - Enriquecida Geral Ligeira Sobremesa</p>	<p>Feijão – com carne de frango Bife de frango estufado, acompanhado por massa espiral^{1,3} e couve-lombarda cozida Bife de frango estufado com massa espiral^{1,3} e curgete cozido Pera e/ou Pera assada/cozida</p>
Domingo	<p>Creme de Couve Flor – com carne de porco Cachaço de porco no forno¹² com arroz de ervilhas. Salada de pepino, tomate e cebola Carne de porco cozida com arroz e cenoura cozidos Gelatina</p>	<p>Sopa - Enriquecida Geral Ligeira Sobremesa</p>	<p>Creme de Couve Flor – com ovo³ Salada russa de atum e ovo^{3,4} Carapau⁴ cozido com batata e feijão verde Maçã e/ou Maçã cozida/assada</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.