

## Plano de Ementas de 22.04.2024 a 28.04.2024

	Almoço		Jantar
Segunda Feira	<b>Couve Branca – com carne de frango</b> Bifinhos de frango estufados com cogumelos e arroz. Salada de tomate Bifinhos de frango grelhados com arroz, puré de abóbora e alho-francês Maçã e/ou Maçã cozida com canela	<b>Sopa - Enriquecida Geral Ligeira Sobremesa</b>	<b>Couve Branca – com pescada<sup>4</sup></b> Pescada <sup>4</sup> cozida com todos <sup>3</sup> Pescada <sup>4</sup> cozida com ovo, batata e feijão verde Banana
Terça Feira	<b>Creme de Abóbora e Alho-Francês – com pescada<sup>4</sup></b> Carapau <sup>4</sup> no forno com batata e repolho cozidos Carapau <sup>4</sup> cozido com batata e cenoura Pera e/ou pera assada com canela	<b>Sopa - Enriquecida Geral Ligeira Sobremesa</b>	<b>Creme de Abóbora e Alho-Francês – com carne de peru</b> Peru estufado com massa espiral <sup>1,3</sup> e couve lombarda Peru estufado com massa espiral <sup>1,3</sup> . Abóbora e curgete aos cubos Maçã e/ou Maçã cozida com canela
Quarta Feira	<b>Brócolos – com carne de coelho</b> Coelho estufado com arroz de ervilhas. Salada de alface Coelho estufado com cenoura e arroz Laranja	<b>Sopa - Enriquecida Geral Ligeira Sobremesa</b>	<b>Brócolos – com abrótea<sup>4</sup></b> Abrótea <sup>4</sup> no forno com batata dourada e brócolos cozidos Abrótea <sup>4</sup> cozida com batatas e feijão verde Pera e/ou Pera assada com canela
Quinta Feira	<b>Repolho – com bacalhau desfiado<sup>4</sup></b> Empadão de bacalhau <sup>4,1,3,7</sup> . Salada de tomate e cebola Bacalhau <sup>4</sup> cozido com puré de batata e abóbora <sup>1,3,7</sup> Gelatina	<b>Sopa - Enriquecida Geral Ligeira Sobremesa</b>	<b>Repolho – carne de frango</b> Arroz malandrinho de frango com pimento, cenoura e couve coração Arroz malandrinho de frango com cenoura e alho-francês Maçã e/ou Maçã cozida com canela
Sexta Feira	<b>Creme de Espinafres e Cenoura – com carne de vaca</b> Rancho <sup>1,3,6,12</sup> Carne de vaca estufada com cenoura, curgete e massa macarrão <sup>1,3</sup> Pera e/ou Pera cozida com canela	<b>Sopa - Enriquecida Geral Ligeira Sobremesa</b>	<b>Creme de Espinafres e Cenoura – com abrótea<sup>4</sup></b> Solha <sup>4</sup> no forno com batata, cenoura e feijão verde cozidos Banana
Sábado	<b>Legumes – com pota<sup>4,14</sup></b> Tentáculos <sup>4,14</sup> no forno com batata a murro. Grelos cozidos Peixe vermelho <sup>4</sup> cozido com batatas e puré de abóbora Maçã e/ou Maçã assada com canela	<b>Sopa - Enriquecida Geral Ligeira Sobremesa</b>	<b>Legumes – com carne de porco</b> Bifanas estufadas <sup>12</sup> com massa cotovelinhos <sup>1,3</sup> . Repolho cozido Bifes de porco estufados ao natural com massa cotovelinhos <sup>1,3</sup> e alho-francês Pera e/ou Pera assada com canela
Domingo	<b>Feijão Manteiga – com carne de porco</b> Lombo de porco no forno <sup>12</sup> com ananás e arroz. Salada de tomate, pepino e cebola Carne de porco cozida com arroz malandro. Curgete e cenoura cozidos Mousse de Chocolate <sup>1,3,7</sup>	<b>Sopa - Enriquecida Geral Ligeira Sobremesa</b>	<b>Feijão Manteiga – com ovo<sup>3</sup></b> Salada de atum <sup>4,6</sup> com ovo <sup>3</sup> , batata cozida, cenoura e feijão verde Filete de pescada <sup>4</sup> cozido com ovo <sup>3</sup> , cenoura e feijão verde Maçã e/ou Maçã cozida com canela

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. Tremeço; 14. Moluscos. A ementa poderá sofrer alterações.