



Semana de 19 a 23 de abril de 2021



2ª-Feira

| | | |
|------------------|-----------------|--|
| Berçário | | Creme de legumes e peru |
| | | Massinha de carne desfiada |
| Sopa | | Sopa de espinafres |
| Prato | Sala 1 e 2 anos | Nuggets de frango com arrozinho de feijão-verde 🍴🍴 |
| Principal | Pré-Escolar | Nuggets de frango com arrozinho de feijão-verde 🍴🍴 |
| Sobremesa | | Fruta da época |

3ª-Feira

| | | |
|------------------|-----------------|--------------------------------------|
| Berçário | | Creme de legumes e coelho |
| | | Açorda de carne desfiada |
| Sopa | | Creme de cenoura |
| Prato | Sala 1 e 2 anos | Empadãozinho de atum e espinafres 🍴🍴 |
| Principal | Pré-Escolar | Empadãozinho de atum e espinafres 🍴🍴 |
| Sobremesa | | Fruta da época |

4ª-Feira

| | | |
|------------------|-----------------|---|
| Berçário | | Creme de legumes e frango |
| | | Massinha de carne desfiada |
| Sopa | | Sopa de feijão |
| Prato | Sala 1 e 2 anos | Massinha de peru e feijão, brócolos 🍴 |
| Principal | Pré-Escolar | Panadinhos de peru com massinha de feijão, salada 🍴 |
| Sobremesa | | Fruta da época |

5ª-Feira

| | | |
|------------------|-----------------|-------------------------------------|
| Berçário | | Creme de legumes e peru |
| | | Arrozinho de pau de carne desfiada |
| Sopa | | Creme de nabo |
| Prato | Sala 1 e 2 anos | Omelete com arrozinho de ervilhas 🍴 |
| Principal | Pré-Escolar | Omelete com arrozinho de ervilhas 🍴 |
| Sobremesa | | Fruta da época |

6ª-Feira

| | | |
|------------------|-----------------|-----------------------------------|
| Berçário | | Creme de legumes com coelho |
| | | Farinha de pau com carne desfiada |
| | Sopa | Sopa de abóbora e cebola |
| Prato | Sala 1 e 2 anos | Jardineirinha, macedónia |
| Principal | Pré-Escolar | Jardineirinha, macedónia |
| Sobremesa | | Fruta da época |

Notas:

- Por motivos alheios à nossa vontade, a ementa poderá sofrer alterações.
- Em caso de alergia a algum alimento, por favor contactar responsável pela Resposta Social.

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:



Santa Casa da Misericórdia do Peso da Régua

Plano de Ementas Semanal ERPI, SAD, CS, UCCI, LIJ



Edição n.º 2 de 18/05/2015

Semana de 19 a 25 de abril de 2021

| DIA | PRATO | ALMOÇO | JANTAR |
|----------|---------------|--|---|
| 2ª FEIRA | SOPA | Sopa de couve-flor | Sopa de abóbora e espinafres |
| | PRATO GERAL | Entrecosto guisado com favas e chouriço, arroz | Omelete de delícias no forno com massa esparguete, salada |
| | PRATO LIGEIRO | Arroz de carne ao natural, legumes | Omelete no forno com massa esparguete, salada |
| | SOBREMESA | Fruta da época | Fruta da época |
| 3ª FEIRA | SOPA | Sopa de Feijão-verde | Sopa de couve e nabo |
| | PRATO GERAL | Bacalhau à Zé do Pipo, salada | Frango estufado com ervilhas, arroz, salada |
| | PRATO LIGEIRO | Bacalhau cozido com batata e legumes | Arroz de frango ao natural, salada |
| | SOBREMESA | Fruta da época | Fruta da época |
| 4ª FEIRA | SOPA | Caldo-Verde | Sopa de courgette e cenoura |
| | PRATO GERAL | Panados no forno com massa de feijão, salada | Calamares com saladinha russa |
| | PRATO LIGEIRO | Bifes grelhados com massa, salada | Peixe cozido com salada primavera |
| | SOBREMESA | Doce/Fruta da época | Fruta da época |
| 5ª FEIRA | SOPA | Sopa de grão-de-bico | Creme de cenoura |
| | PRATO GERAL | Arroz de lulas, salada | Massa meada de vitela, couve e cenoura |
| | PRATO LIGEIRO | Arroz de lulas ao natural, legumes | Massa meada de vitela, couve e cenoura |
| | SOBREMESA | Fruta da época | Fruta da época |
| 6ª FEIRA | SOPA | Sopa espinafres | Canja |
| | PRATO GERAL | Alheira grelhada com batata a murro, salada | Abrótea estufada com puré, feijão-verde |
| | PRATO LIGEIRO | Fêvera grelhada com batata cozida, salada | Caldeirada de peixe ao natural, feijão-verde |
| | SOBREMESA | Fruta da época | Fruta da época |
| SÁBADO | SOPA | Sopa de legumes | Creme de alho francês |
| | PRATO GERAL | Feijoada de marisco com arroz, salada | Lasanha de carne / Massa de coelho e cogumelos, salada |
| | PRATO LIGEIRO | Arroz de peixe ao natural, legumes | Massa de coelho e cenoura, salada |
| | SOBREMESA | Fruta da época | Fruta da época |
| DOMINGO | SOPA | Creme de cenoura | Juliana |
| | PRATO GERAL | Vitela assada com batata assada, salada | Douradinhos no forno com arroz de macedónia |
| | PRATO LIGEIRO | Jardineira ao natural, salada | Peixe no forno com arroz de legumes |
| | SOBREMESA | Doce/Fruta da época | Fruta da época |

Notas:

Por motivos alheios à nossa vontade, a ementa poderá sofrer alterações.

Em caso de alergia a algum alimento, por favor, contactar responsável pela Resposta Social.

As ementas poderão ser adaptadas de acordo com as necessidades individuais de cada cliente.

R.10.03

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:



A TSCA,