



Semana de 24 a 31 de agosto de 2026



2ª-Feira

Berçário		Creme de legumes + coelho
		Esparguete com carne com cenoura ^{1,12}
Sopa		Sopa de feijão-verde e cenoura
Prato Principal	Sala 1 e 2 anos	Bife de frango com massinha de feijão. Salada ^{1,12}
	Pré-Escolar	Panados de frango com massinha de feijão. Salada ^{1,3,7,12}
Sobremesa		Banana

3ª-Feira

Berçário		Creme de legumes + coelho
		Açorda com peru desfiado e cenoura
Sopa		Sopa de Brócolos
Prato Principal	Sala 1 e 2 anos	Filetes de pescada com arroz de couve ⁴
	Pré-Escolar	Filetes de pescada com arroz de couve ⁴
Sobremesa		Pera

4ª-Feira

Berçário		Creme de legumes + peru
		Massinha com vitela picada e cenoura ¹
Sopa		Caldo verde/ Creme de legumes
Prato Principal	Sala 1 e 2 anos	Jardineira ¹²
	Pré-Escolar	Jardineira ¹²
Sobremesa		Laranja

5ª-Feira

Berçário		Creme de legumes + frango
		Purê de batata com peru desfiado e cenoura
Sopa		Sopa de espinafres
Prato Principal	Sala 1 e 2 anos	Meia desfeita ^{3,4}
	Pré-Escolar	Meia desfeita ^{3,4}
Sobremesa		Maçã

6ª-Feira

Berçário		Creme de legumes + frango
		Farinha de pau com carne e cenoura ^{1,12}
Sopa		Sopa Juliana
Prato Principal	Sala 1 e 2 anos	Frango assado com arroz de macedónia. Salada
	Pré-Escolar	Frango assado com arroz de macedónia. Salada
Sobremesa		Tangerina

2ª-Feira

Berçário		Creme de legumes + coelho
		Arrozinho com carne com cenoura ^{1,12}
Sopa		Sopa de couve-coração
Prato Principal	Sala 1 e 2 anos	Almôndegas estufadas com massa. Salada ^{1,12}
	Pré-Escolar	Almôndegas estufadas com massa. Salada ^{1,12}
Sobremesa		Pera

Observações

Por qualquer motivo esta ementa pode ser alterada. Em caso de necessitar de informações sobre alérgenos consulte a nossa cozinha

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Cereais que contêm glúten; 2-Crustáceos; 3-Ovos; 4-Peixes; 5-Amendoins; 6-Soja; 7-Leite; 8-Frutos de casca rijas; 9-Alpico; 10-Mostarda; 11-Sementes de Sésamo; 12-Dióxido de enxofre e sulfitos; 13-Tremço; 14-Moluscos Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos Nutricionista (3162N), Dr.ª Ana Sofia Rebelo

Santa Casa da Misericórdia do Peso da Régua

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



Edição n.º 3 de 20/10/2017

Semana de 24 a 31 de agosto de 2026

	Prato	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa	Sopa de feijão-verde e cenoura	Creme de legumes
	Prato Geral	Panados de frango com massa de feijão ^{1,3,7,12}	Pescada cozida com batata cozida e legumes ⁴ LIJ/UCCI: Douradinhos no forno com arroz de macedónia
	Prato Ligeira	Bife de frango com massa de legumes	Pescada estufada com batata cozida e legumes
	Sobremesa	Banana	Fruta da época
3ª Feira	Sopa	Sopa de Brócolos	Creme de legumes
	Prato Geral	Ovos escalfados com ervilhas e arroz branco ^{3,12}	Fêveras estufadas com massa. Legumes ^{1,12} LIJ/UCCI: Massa com carne picada ^{1,12}
	Prato Ligeiro	Ovos escalfados com ervilhas e arroz branco	Fêveras estufadas com massa. Legumes
	Sobremesa	Fruta	Fruta da época
4ª Feira	Sopa	Caldo verde	Creme de legumes
	Prato Geral	Massa à lavrador ^{1,12}	Douradinhos no forno com arroz de tomate e feijão verde ^{1,3,4,12} LIJ/UCCI: Massa de atum gratinada ^{1,7,12}
	Prato Ligeiro	Massa de frango ao natural ¹	Filete de pescada com arroz de tomate e feijão verde ⁴
	Sobremesa	Laranja	Fruta da época
5ª Feira	Sopa	Sopa de espinafres	Creme de legumes
	Prato Geral	Bacalhau com natas. Salada ^{3,4,7,12}	Carne estufada com macedónia e massa. Salada ^{1,12}
	Prato Ligeiro	Bacalhau com natas. Salada	Carne estufada com macedónia e massa. Salada ¹
	Sobremesa	Maça	Fruta da época
6ª Feira	Sopa	Sopa Juliana	Creme de legumes
	Prato Geral	Frango assado com arroz de ervilhas. Salada	Salada russa de peixe ^{3,4}
	Prato Ligeiro	Frango assado com arroz de ervilhas. Salada	Salada russa de peixe ^{3,4}
	Sobremesa	Tangerina	Fruta da época
Sábado	Sopa	Sopa de abóbora e couve	Creme de legumes
	Prato Geral	Salmão no forno com batata assada. Legumes ⁴	Strogonoff de peru sem natas com massa ^{1,12}
	Prato Ligeiro	Pescada no forno com batata assada. Legumes ⁴	Massa de peru ao natural ¹
	Sobremesa	Laranja	Fruta da época
Domingo	Sopa	Canja	Creme de legumes
	Prato Geral	Rolo de carne com arroz branco. Salada ¹²	Solha Dourada com batata cozida. Legumes ^{1,3,4,12}
	Prato Ligeiro	Rolo de carne com arroz branco. Salada ¹²	Solha Cozida com batata cozida. Legumes ^{1,3,4,12}
	Sobremesa	Doce ^{1,3,7}	Fruta da época
Segunda	Sopa	Sopa de couve-coração	Creme de legumes
	Prato Geral	Almôndegas estufadas com esparguete. Salada ^{1,12}	Redfish no forno com arroz de brócolos ⁴
	Prato Ligeiro	Bife de frango com esparguete. Salada ¹	Redfish no forno com arroz de brócolos ⁴
	Sobremesa	Pera	Fruta da época

Por qualquer motivo esta ementa pode ser alterada. Em caso de necessitar de informações sobre alérgenos consulte a nossa cozinha.

Observações, A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Cereais que contêm glúten; 2-Crustáceos; 3-Ovos; 4-Peixes; 5-Amendoins; 6-Soja; 7-Leite; 8-Frutos de casca rijia; 9-Aipo; 10-Mostarda; 11-Sementes de Sésamo; 12-Dióxido de enxofre e sulfitos; 13-Tremoço; 14-Moluscos Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nutricionista (3162N), Dr.ª Ana Sofia Rebelo

Santa Casa da Misericórdia do Peso da Régua

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



Edição n.º 3 de 20/10/2017

Semana de 24 a 31 de agosto de 2026