



Semana de 27 de abril a 4 de maio de 2026



2ª-Feira

Prato Principal	Berçário	Creme de legumes + coelho
		Esparguete com carne com cenoura ^{1,12}
	Sopa	Sopa Juliana
	Sala 1 e 2 anos	Massa de vitela ao natural com grão-de-bico. Brócolos cozidos ¹
	Pré-Escolar	Massa de vitela com grão-de-bico. Brócolos cozidos ^{1,12}
	Sobremesa	Banana

3ª-Feira

Prato Principal	Berçário	Creme de legumes + coelho
		Esparguete com carne com cenoura ^{1,12}
	Sopa	Sopa de alho francês
	Sala 1 e 2 anos	Arroz de bacalhau ao natural. Salada ⁴
	Pré-Escolar	Arroz de bacalhau. Salada ^{4,12}
	Sobremesa	Pera

4ª-Feira

Prato Principal	Berçário	Creme de legumes + peru
		Massinha com vitela picada e cenoura ¹
	Sopa	Caldo verde/ Creme de legumes
	Sala 1 e 2 anos	Massa de peru com cenoura e ervilhas ¹
	Pré-Escolar	Massa à bolonhesa. Salada ^{1,7,12}
	Sobremesa	Laranja

5ª-Feira

Prato Principal	Berçário	Creme de legumes + frango
		Purê de batata com peru desfiado e cenoura
	Sopa	Creme de cenoura e abóbora
	Sala 1 e 2 anos	Salada russa de pescada. Legumes ^{3,4}
	Pré-Escolar	Salada russa de atum. Legumes ^{3,4}
	Sobremesa	Maçã

6ª-Feira

FERIADO 1 DE MAIO - DIA DO TRABALHADOR

2ª-Feira

Prato Principal	Berçário	Creme de legumes + coelho
		Arrozinho com carne com cenoura ^{1,12}
	Sopa	Sopa de couve-flor
	Sala 1 e 2 anos	Coxas de frango estufadas ao natural com massa de cenoura e milho ¹
	Pré-Escolar	Coxas de frango estufadas com massa de cenoura e milho ^{1,12}
	Sobremesa	Pera

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 rija; 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 27 de abril a 4 de maio de 2026

	Prato	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa	Sopa Juliana	Creme de legumes
	Prato Geral	Massa de vitela com grão-de-bico. Salada ^{1,12}	Lombinhos de peixe com todos. Legumes ^{3,4}
	Prato Ligeira	Massa de vitela ao natural. Salada	Lombinhos de peixe com todos. Legumes ^{3,4}
	Sobremesa	Banana	Fruta da época
3ª Feira	Sopa	Sopa de alho francês	Creme de legumes
	Prato Geral	Pataniscas de bacalhau com arroz de feijão. Salada ^{1,3,4,12}	Roti de peru com massa ^{1,12}
	Prato Ligeiro	Arroz de bacalhau ao natural ³	Peru estufado com massa ao natural
	Sobremesa	Pêra	Fruta da época
4ª Feira	Sopa	Caldo Verde/Creme de Legumes	Creme de legumes
	Prato Geral	Massa à bolonhesa. Salada ^{1,7,12}	Pescada no forno com batata assada. Legumes ⁴
	Prato Ligeiro	Massa de frango ao natural com cenoura ¹	Pescada estufada ao natural com batata cozida. Legumes ⁴
	Sobremesa	Laranja	Fruta da época
5ª Feira	Sopa	Creme de cenoura e abóbora	Creme de legumes
	Prato Geral	Salada russa de atum ^{3,4}	Bifanas estufadas com arroz de cenoura ¹²
	Prato Ligeiro	Salada russa de pescada ⁴	Peito de peru com arroz de cenoura
	Sobremesa	Maçã	Fruta da época
6ª Feira	Sopa	Sopa de feijão verde	Creme de legumes
	Prato Geral	Feijoada de frango com arroz. Salada ¹²	Raia Dourada com batata cozida. Legumes ^{1,3,4}
	Prato Ligeiro	Arroz de frango ao natural. Salada	Abrótea estufada com batata cozida. Legumes ⁴
	Sobremesa	Tangerina	
Sábado	Sopa	Sopa de Repolho e feijão branco	Creme de legumes
	Prato Geral	Carapau no forno com batata à murro e brócolos cozidos ⁴	Arroz malandrinho de vitela com ervilhas e cenoura ¹²
	Prato Ligeiro	Filetes de pescada no forno com batata cozida e cenoura ⁴	Arroz malandrinho de vitela ao natural com cenoura
	Sobremesa	Laranja	Fruta da época
Domingo	Sopa	Canja	Creme de legumes
	Prato Geral	Carne de porco à alentejana. Salada ¹²	Peixe Espada no forno com cebolada e batata cozida. Legumes ⁴
	Prato Ligeiro	Frango no forno com batata cozida. Salada	Peixe Espada no forno (ao natural) e batata cozida. Legumes
	Sobremesa	Doce ^{1,3,7}	Fruta da época
Segunda	Sopa	Sopa de couve-flor	Creme de legumes
	Prato Geral	Coxas de frango estufadas com massa de feijão. Salada ^{1,12}	Ovos escalfados com ervilhas e arroz ^{3,12}
	Prato Ligeiro	Coxas de frango estufadas ao natural com massa de feijão. Salada	Ovo cozido com arroz branco
	Sobremesa	Pêra	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 rija; 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