Santa Casa da Misericórdia do Peso da Régua

Ementa Centro Infantil e LIJ

Edição n.º 2 de 19/05/2015

Semana de 2 a 9 de novembro de 2026



2ª-Feira

Berçário		Creme de legumes + coelho
		Esparguete com carne com cenoura[1,12]
Sopa		Sopa de feijão-verde
Prato Principal	Sala 1 e 2 anos	Massa de peru com grão-de-bico. Salada de tomate[1]
	Pré-Escolar	Massa de peru com grão-de-bico. Salada de tomate[1]
Sobremesa		Banana

3ª-Feira

Berçário		Creme de legumes + coelho
		Açorda com peru desfiado e cenoura
Sopa		Sopa de couve-coração
Prato Principal	Sala 1 e 2 anos	Meia Desfeita[3,4]
	Pré-Escolar	Meia Desfeita[3,4]
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	Feijoada de frango com arroz branco. Salada[12]
	Pré-Escolar	Feijoada de frango com arroz branco. Salada[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	Arrozinho de pescada com brócolos cozidos[4]
	Pré-Escolar	Arroz do mar[2,12,14]
Sobremesa		Maçã

6ª-Feira

Berçário		Creme de legumes + frango
		Farinha de pau com carne e cenoura[1,12]
Sopa		Sopa de curgete e nabo
Prato Principal	Sala 1 e 2 anos	Peito de frango no forno com batata assada. Salada[12]
	Pré-Escolar	Peito de frango no forno com batata assada. Salada[12]
Sobremesa		Tangerina

2ª-Feira

Berçário		Creme de legumes + coelho
		Arrozinho com carne com cenoura[1,12]
Sopa		Sopa Juliana
Prato Principal	Sala 1 e 2 anos	Bifinhos de peru com legumes em camada e massa esparguete[1]
	Pré-Escolar	Bifinhos de peru com cogumelos e massa esparguete[1]
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

Nutricionistas: Dr.ª Ana Sofia Rebelo (3162N) e Dr.ª Maria Isabel Ribeiro (6608N)

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 2 a 9 de novembro de 2026

	Prato	Almoço	Jantar
2º Feira	Sopa	Sopa de feijão-verde	Creme de legumes
	Prato Geral	Massa de peru com grão-de-bico. Salada de tomate[1]	Arroz com miolo de camarão e delícias[2,12,14]
	Prato Ligeira	Massa de peru ao natural. Salada de tomate[1]	Lombinhos de pescada estufados ao natural com batata cozida. Legumes[4]
	Sobremesa	Banana	Fruta da época
3ª Feira	Sopa	Sopa de couve-coração	Creme de legumes
	Prato Geral	ERPI, SAD, CS, LIJ: Meia Desfeita[3,4] UCCI: Bacalhau com natas (18 ANOS DA UNIDADE)	Massa de vitela com ervilhas e cenoura[1]
	Prato Ligeiro	Meia desfeita	Massa de peru ao natural[1]
	Sobremesa	Fruta	Fruta da época
4ª Feira	Sopa	Caldo verde	Creme de legumes
	Prato Geral	Feijoada de frango com arroz branco. Salada[12]	Redfish estufado com pimentos e purê de batata[4,7,12]
	Prato Ligeiro	Arroz de frango ao natural. Salada	Redfish estufado ao natural com batata cozida[4]
	Sobremesa	Laranja	Fruta da época
5ª Feira	Sopa	Sopa de espinafres	Creme de legumes
	Prato Geral	Arroz do mar[2,12,14]	Bife de frango grelhado às tiras com salada de massa
	Prato Ligeiro	Arroz de pescada ao natural[4]	Bife de frango grelhado às tiras com salada de massa
	Sobremesa	Maça	Fruta da época
6ª Feira	Sopa	Sopa de curgete e nabo	Creme de legumes
	Prato Geral	Entrecosto estufado com batata assada. Salada[12]	Filetes de pescada no forno com arroz de brócolos[4]
	Prato Ligeiro	Coxas de frango com batata cozida. Salada	Massa de pescada ao natural
	Sobremesa	Tangerina	Fruta da época
Sábado	Sopa	Sopa de cebola	Creme de legumes
	Prato Geral	Jaquinzinhos com arroz de feijão[3,4,7,12]	Strogonoff de peru com massa[1,7,12]
	Prato Ligeiro	Arroz de peixe ao natural[4]	Massa de peru. Salada[1]
	Sobremesa	Laranja	Fruta da época
Domingo	Sopa	Canja	Creme de legumes
	Prato Geral	Frango assado com batata assada. Salada	Mix de salgados com arroz de cenoura. Salada[1,3,4,7,12]
	Prato Ligeiro	Bife de frango com batata cozida. Legumes	Arroz de cenoura com filetes de pescada cozidos ao natural[4]
	Sobremesa	Doce[1,3,7]	Fruta da época
Segunda	Sopa	Sopa Juliana	Creme de legumes
	Prato Geral	Massa à bolonhesa[1,12]	Medalhões de pescada no forno em cama de legumes e batata cozida[4]
	Prato Ligeiro	Bifinhos de peru ao natural com massa esparguete[1]	Medalhões de pescada no forno em cama de legumes e batata cozida[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 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.

Nutricionistas: Dr.ª Ana Sofia Rebelo (3162N) e Dr.ª Maria Isabel Ribeiro (6608N)