



Semana de 4 a 11 de maio de 2026



2ª-Feira

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

3ª-Feira

	Berçário	Creme de legumes + coelho Esparguete com carne com cenoura ^{1,12}
	Sopa	Sopa de alho francês
Prato	Sala 1 e 2 anos	Douradinhos no forno com massa de feijão ^{1,3,4}
Principal	Pré-Escolar	Douradinhos no forno com massa de feijão ^{1,3,4}
	Sobremesa	Pera

4ª-Feira

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

5ª-Feira

	Berçário	Creme de legumes + frango Purê de batata com peru desfiado e cenoura
	Sopa	Creme de cenoura e abóbora
Prato	Sala 1 e 2 anos	Arroz de bacalhau ao natural
Principal	Pré-Escolar	Bacalhau com natas ^{4,7,12}
	Sobremesa	Maçã

6ª-Feira

	Berçário	Creme de legumes + frango Farinha de pau com carne e cenoura ^{1,12}
	Sopa	Sopa de brócolos
Prato	Sala 1 e 2 anos	Arroz de pato ao natural
Principal	Pré-Escolar	Arroz de pato ^{7,12}
	Sobremesa	Tangerina

2ª-Feira

	Berçário	Creme de legumes + coelho Arrozinho com carne com cenoura ^{1,12}
	Sopa	Sopa de couve-flor
Prato	Sala 1 e 2 anos	Bife de frango com arroz de cenoura
Principal	Pré-Escolar	Bife de frango panados com arroz de feijão. Salada 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 contém glúten; 2-Crustáceos; 3-Ovos; 4-Peixes; 5-Amendoins; 6-Soja; 7-Leite; 8-Frutos de casca rijas; 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 4 a 11 de maio de 2026

	Prato	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa	Sopa de couve-flor	Creme de legumes
	Prato Geral	Coxas de frango estufadas com arroz de macedónia. Salada ^{1,12}	Ovos escalfados com ervilhas e arroz ^{3,12}
	Prato Ligeira	Coxas de frango estufadas ao natural com arroz de macedónia. Salada	Ovo cozido com arroz branco
	Sobremesa	Pêra	Fruta da época
3ª Feira	Sopa	Sopa de alho francês	Creme de legumes
	Prato Geral	Douradinhos no forno com massa de feijão ^{1,3,4}	Coelho assado com batata assada. Legumes salteados ¹²
	Prato Ligeiro	Arroz de pescada ao natural ⁴	Coelho estufado ao natural com batata cozida
	Sobremesa	Pêra	Fruta da época
4ª Feira	Sopa	Caldo Verde/Creme de Legumes	Creme de legumes
	Prato Geral	Jardineira de carnes ¹²	Abrótea no forno com arroz de tomate ^{4,12}
	Prato Ligeiro	Jardineiras de Carnes	Abrótea no forno com arroz ao natural ⁴
	Sobremesa	Laranja	Fruta da época
5ª Feira	Sopa	Creme de cenoura e abóbora	Creme de legumes
	Prato Geral	Bacalhau com natas ^{4,7,12}	Almondegas estufadas com esparguete ^{1,12}
	Prato Ligeiro	Arroz de bacalhau ao natural	Massa de peru ao natural
	Sobremesa	Maçã	Fruta da época
6ª Feira	Sopa	Sopa de feijão verde	Creme de legumes
	Prato Geral	Arroz de pato. Salada ¹²	Dourada no forno com batata assada ⁴
	Prato Ligeiro	Arroz pato ao natural	Dourada no forno com batata cozida. Legumes ⁴
	Sobremesa	Tangerina	Fruta da época
Sábado	Sopa	Sopa de Repolho e feijão branco	Creme de legumes
	Prato Geral	Massa de marisco ^{1,2,4,12,14}	Frango estufado com cogumelos e arroz branco. Salada ¹²
	Prato Ligeiro	Massa de peixe ao natural	Frango estufado ao natural com arroz branco. Salada
	Sobremesa	Laranja	Fruta da época
Domingo	Sopa	Canja	Creme de legumes
	Prato Geral	Vitela assada com batata assada e arroz. Salada ¹²	Redfish no forno com puré de batata. Legumes ^{4,12}
	Prato Ligeiro	Vitela cozida com arroz. Salada	Redfish no forno com batata cozida. Legumes
	Sobremesa	Doce ^{1,3,7}	Fruta da época
Segunda	Sopa	Sopa de couve-flor	Creme de legumes
	Prato Geral	Bife de frango panados com arroz de feijão. Salada ¹²	Massa de atum gratinada. Legumes ^{1,4,7}
	Prato Ligeiro	Bife de frango com arroz de cenoura	Massa de peixe
	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