



CENTRO AMBIENTE PARA TODOS – EMENTA DE ERPI/ CENTRO DE DIA/ SAD

SEMANA DE 30/12/2024 A 05/01/2025

		Segunda-feira 30/12/24	Terça-feira 31/12/20/24	Quarta-feira 01/01/2025	Quinta-feira 02/01/2025	Sexta-feira 03/01/2025	Sábado 04/01/2025	Domingo 05/01/2025
P. Almoço		Leite c/ cevada, café ou chá ^{1,7} Pão c/ Manteiga ^{1,7}	Leite c/ cevada, café ou chá ^{1,7} Pão c/ Manteiga ^{1,7}	Leite c/ cevada, café ou chá ^{1,7} Pão c/ Manteiga ^{1,7}	Leite c/ cevada, café ou chá ^{1,7} Pão c/ Manteiga ^{1,7}	Leite c/ cevada, café ou chá ^{1,7} Pão c/ Manteiga ^{1,7}	Leite c/ cevada, café ou chá ^{1,7} Pão c/ Manteiga ^{1,7}	Leite c/ cevada, café ou chá ^{1,7} Pão c/ Manteiga ^{1,7}
	Sopa	Sopa alho francês	Canja/ Creme de couve flor <i>(diabéticos)</i>	Caldo verde ¹²	Sopa de lentilhas com couve e cenoura	Sopa à juliana	Creme de brócolos	Sopa de legumes
	Sopa Enriquecida	Sopa alho francês com frango	Creme de couve flor com abrótea ⁴	Sopa de alface com pato	Creme de couve flor com pescada ⁴	Sopa de Lentilhas com couve, cenoura e coelho	Creme de brócolos com abrótea ⁴	Sopa de legumes com frango
	Prato geral	Feijoada de porco com couve lombarda Arroz branco. ^{1,12}	Vaca estufada com massa espiral Salada alface e cebola ¹	Arroz de pato. Salada de alface, tomate ^{1,12}	Filetes de pescada panados com salada russa ^{3,4}	Lasanha de porco ^{1,3,7} Salada alface e milho ¹²	Caldeirada de peixe ⁴ Salada de tomate	Frango de churrasco com arroz de feijão Salada alface cenoura
	Prato Dieta/ Diabético	Carnes de porco estufada com couve e arroz branco <i>(sem adição de gordura)</i>	<i>Igual ao geral (sem adição de gordura)</i>		Filetes de pescada cozidos com salada russa ^{3,4}	<i>Igual ao geral (Sem adição de gordura)</i>	<i>Igual ao geral</i>	<i>Igual ao geral</i>
Sobremesa	Pera cozida	Tangerina	Laranja /Pudim	Banana	Maça cozida	Laranja	Banana	
Lanche	Sumo; Chá Pão de leite c/ fiambre	Cereais com leite ^{1,3,6,7,8}	logurte líquido ⁷ Pão com chouriço ¹²	Leite c/ cevada, café ou chá ^{1,7} Pão c/ queijo de barrar ^{1,6,7,13}	logurte ⁷ 6 Bolachas doces ou de água e sal ^(diabéticos) 1;3;6;7;11	Leite c/ cevada, café ou chá ^{1,7} Pão c/ mortadela ⁷	Cereais com leite ^{1,3,6,7,8}	
Lanche de SAD	Sumo; Chá; Leite ⁷ + Pão de leite com fiambre 1;3,6;7;8 Pão com manteiga ^{1,7}	Sumo; Chá; Leite ⁷ + 6 Bolachas doces ou de água e sal <i>(diabéticos)</i> 1;3;6;7;11 Pão com manteiga ^{1,7}	logurte líquido ⁷ Pão com chouriço ¹² Pão c/ manteiga ^{1,7}	Sumo; Chá; Leite ⁷ + Pão c/ doce ou queijo de barrar <i>(diabéticos)</i> ^{1,6,7,13} Pão com manteiga ^{1,7}	Sumo; Chá; Leite ⁷ + logurte ⁷ Pão com manteiga ^{1,7}	Sumo; Chá; Leite ⁷ + Pão c/ mortadela ^{1;6;7;} Pão com manteiga ^{1,7}	Sumo; Chá; Leite ⁷ + Pão com queijo ^{1,7} Pão com manteiga ¹	
Jantar	Sopa	Sopa alho francês	Melão com presunto Canja/ Creme de couve flor <i>(diabéticos)</i>	Caldo verde ¹²	Sopa de lentilhas com couve e cenoura	Sopa à juliana	Creme de Brócolos	Sopa de legumes
	Prato Geral	Arroz de peixe com delícias do mar ^{3,4} Salada de alface e cebola	Bacalhau com natas. ⁴ Salada de alface e	Massada de atum ^{1,3,4} Brócolo cozido	Coelho estufado com arroz branco. ¹² Couve flor cozida	Solha no forno com legumes assados (cenoura, batata, curgete, alho francês, cenoura)	Bife de peru estufado ao natural e puré batata ^{1,3,7} Cenoura e ervilha cozida	Pescada cozida ½ ovo, batata e couve cozida ^{3,4}
	Prato Dieta/ Diabético	<i>Igual ao geral</i>		<i>Igual ao geral</i>	<i>Igual ao geral</i>	<i>Igual ao geral</i>	<i>Igual ao geral</i>	<i>Igual ao geral</i>
	Sobremesa	Maça cozida	Requeijão com doce e passas/ Pera bêbeda	Maça assada	Kiwi	Pera cozida	Abacaxi	Kiwi

NOTA: EMENTA PODERÁ ESTAR SUJEITA A ALTERAÇÃO

