



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

SEMANA DE 01/06/2026 A 07/06/2026

		Segunda-feira 01/06/26	Terça-feira 02/06/26	Quarta-feira 03/06/26	Quinta-feira 04/06/26	Sexta-feira 05/06/26	Sábado 06/06/26	Domingo 07/06/26
<b>P. Almoço</b>		Leite c/ cevada, café ou chá <sup>1,7</sup> Pão c/ manteiga <sup>1,7</sup>	Leite c/ cevada, café ou chá <sup>1,7</sup> Pão c/ manteiga <sup>1,7</sup>	Leite c/ cevada, café, ou chá <sup>1,7</sup> Pão c/ manteiga <sup>1,7</sup>	Leite c/ cevada, café ou chá <sup>1,7</sup> Pão c/ manteiga <sup>1,7</sup>	Leite c/ cevada, café ou chá <sup>1,7</sup> Pão c/ manteiga <sup>1,7</sup>	Leite c/ cevada, café ou chá <sup>1,7</sup> Pão c/ manteiga <sup>1,7</sup>	Leite c/ cevada, café ou chá <sup>1,7</sup> Pão c/ manteiga <sup>1,7</sup>
<b>Almoço</b>	<b>Sopa</b>	Canja de galinha	Sopa de legumes	Caldo verde	Sopa de feijão e couve	Creme de Abobora e Couve flor	Sopa Juliana	Sopa de feijão verde
	<b>Sopa Enriquecida</b>	Creme de cenoura, ervilha e Frango	Sopa de legumes com perú	Creme de brócolos com pescada <sup>4</sup>	Sopa de feijão com couve e coelho	Creme de Abobora e Couve flor e abrotea <sup>4</sup>	Sopa Juliana com vaca	Sopa de feijão verde com e pescada <sup>4</sup>
	<b>Prato geral</b>	Esparguete à bolonhesa <sup>1,3</sup> Salada alface e beterraba	Bacalhau com natas <sup>1,4,7</sup> Salada de alface e cebola	Rancho <sup>8,12</sup> Salada de tomate e cebola	Carne de vaca estufada, puré de batata e Brócolo cozido <sup>3,7</sup>	Solha frita com, arroz tomate <sup>1,4</sup> Salada alface e milho	Jardineira de Frango (feijão verde e cenoura)	Lombinhos de salmão no forno (ao Limão) Batata assada <sup>4</sup> Salada tomate e pepino
	<b>Prato Dieta/ Diabético</b>	Igual ao geral (sem adição de gordura)	Bacalhau com batata cozida a bechamel <sup>1,4,7</sup> Salada de alface e cebola	Igual ao geral (sem adição de gordura,)	Igual ao geral (sem adição de gordura)	Solha cozida com arroz tomate <sup>1,4</sup> Salada alface e milho (sem adição de gordura)	Igual ao geral (sem adição de gordura)	Igual ao geral (sem adição de gordura)
	<b>Sobremesa</b>	Gelado/ Banana	Laranja	Melancia	Clementina	Pera	Laranja	Banana
<b>Lanche</b>		Iogurte Líquido <sup>1,7</sup> ou chá Pão de leite com queijo <sup>1,3,7</sup>	Leite c/ cevada, café, ou chá <sup>1,7</sup> Pão c/ chouriço <sup>1,6,7,13</sup>	Leite c/ cevada, café, ou chá <sup>1,7</sup> Pão c/ fiambre <sup>6,7,13</sup>	Leite c/ cevada, café ou chá <sup>1,7</sup> Pão c/ queijo <sup>1,7</sup>	Cereais com leite <sup>1,3,6,7,8</sup>	Leite c/ cevada, café ou chá <sup>1,7</sup> Pão c/ mortadela <sup>1,6,7,13</sup>	Iogurte <sup>1,7</sup> ou chá Tostas com doce ou queijo de barrar <sup>(diabéticos)1,7,8</sup>
<b>Lanche de SAD</b>		Sumo; Chá; Leite <sup>7</sup> + Iogurte <sup>7</sup> Pão c/ manteiga <sup>1,7</sup>	Sumo; Chá; Leite <sup>7</sup> + Pão c/ chouriço <sup>1,6,7,13</sup> Pão c/ manteiga <sup>1,7</sup>	Sumo; Chá; Leite <sup>7</sup> + Pão c/ fiambre <sup>6,7,13</sup> Pão c/ manteiga <sup>1,7</sup>	Sumo; Chá; Leite <sup>7</sup> + Pão c/ queijo <sup>1,7</sup> Pão c/ manteiga <sup>1,7</sup>	Sumo; Chá; Leite <sup>7</sup> + Bolachas, de água e sal (diabéticos) Pão c/ manteiga <sup>1,7</sup>	Sumo; Chá; Leite <sup>7</sup> + Pão c/ mortadela <sup>1,6,7,13</sup> Pão c/ manteiga <sup>1,7</sup>	Sumo; Chá; Leite <sup>7</sup> + Pão c/ Queijo <sup>12</sup> Pão c/ manteiga <sup>1,7</sup>
<b>Jantar</b>	<b>Sopa</b>	Canja de galinha	Sopa de legumes	Caldo verde	Sopa de feijão e couve	Creme de Abobora e Couve flor	Sopa Juliana	Sopa de feijão verde
	<b>Prato Geral</b>	Perca grelhada com batata e feijão verde cozido <sup>4</sup>	Coelho estufado, arroz branco <sup>1,3</sup> Couve flor cozida	Cavala, ovo, batata e couve cozida <sup>1,3,4</sup>	Massada de peixes <sup>1,4</sup> Salada alface e tomate	Bife de frango grelhado e legumes salteados (curgete, cenoura, cebola, brocolo)	Arroz de tamboril com delicias <sup>1,4,14</sup> Brócolo cozido	Bifana de porco estufada, macarrão cozido <sup>1</sup> Salada alface e cebola
	<b>Prato Dieta/ Diabético</b>	Igual ao geral (sem adição de gordura)	Igual ao geral	Igual ao geral	Igual ao geral	Igual ao geral (sem adição de gordura)	Igual ao geral	Igual ao geral
	<b>Sobremesa</b>	Maça assada	kiwi	Pera cozida	Banana	Melancia	Kiwi	Clementina

NOTA: EMENTA PODERÁ ESTAR SUJEITA A ALTERAÇÃO

