

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

SEMANA DE 11/05/2026 A 17/05/2026



		Segunda-feira 11/05/26	Terça-feira 12/05/26	Quarta-feira 13/05/26	Quinta-feira 14/05/26	Sexta-feira 15/05/26	Sábado 16/05/26	Domingo 17/05/26
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}
Almoço	Sopa	Canja de galinha ^{1,3} Creme de legumes e frango ^(diabéticos)	Sopa alho francês	Sopa de feijão com couve portuguesa	Creme de cenoura com couve flor e ervilha	Sopa de feijão verde	Sopa de espinafres e lentilhas	Sopa Juliana
	Sopa Enriquecida	Creme de legumes com frango ^(diabéticos)	Sopa alho francês com abrotea ⁴	Sopa de feijão com couve portuguesa com vaca	Creme de cenoura, couve flor, ervilha e pescada ⁴	Sopa de feijão verde com pato	Sopa de espinafres, lentilhas e salmão ⁴	Sopa Juliana com frango
	Prato geral	Lombo de porco assado no forno e Arroz branco. ¹ Couve salteada com broa	Feijoada de Tira de Potas ^{14,12} Salada de tomate	Esparguete à bolonhesa ^{1,3} Salada alface, cenoura e beterraba	Pescada, batata e feijão verde cozido ⁴	Arroz de Pato ¹ Salada alface e milho	Lombinhos de salmão no forno com limão e massa espiral cozida ^{3,4} Salada tomate e cebola	Frango de churrasco, e arroz branco ^{1,12} Salada alface, cenoura
	Prato Dieta/ Diabético	Carnes de porco estufada com couve e arroz branco ^(sem adição de gordura)	<i>Igual ao geral</i>	<i>Igual ao geral</i>	<i>Igual ao geral</i>	<i>Igual ao geral (Sem adição de gordura)</i>	<i>Igual ao geral</i>	<i>Igual ao geral</i>
	Sobremesa	Laranja	Kiwi	Gelatina/ Maça cozida	Banana	Pera	Clementina	Abacaxi
Lanche		Leite c/ cevada, café ou chá ^{1,7} Pão c/ fiambre ^{1,6,7,13}	Cereais com leite ^{1,3,6,7,8}	Leite c/ cevada, café ou chá ^{1,7} Pão c/ queijo ^{1,7}	Leite c/ cevada, café ou chá ^{1,7} Pão c/ mortadela ⁷	logurte ⁷ 6 Bolachas doces ou água e sal ^{(diabéticos)1,3,6,7;}	Leite c/ cevada, café, chá ^{1,7} Pão c/ doce ou queijo de barrar ^{(diabéticos)1,6,7,13}	Cereais com leite ^{1,3,6,7,8}
Lanche de SAD		Sumo; Chá; Leite ⁷ + Pão c/ fiambre ^{1,6,7,13} Pão c/ manteiga ^{1,7}	Sumo; Chá; Leite ⁷ + Pão c/ Chourição ^{1,6,7,13} Pão c/ manteiga ^{1,7}	Sumo; Chá; Leite ⁷ + Pão c/ queijo ^{1,7} Pão c/ manteiga ^{1,7}	Sumo; Chá; Leite ⁷ + Pão c/ mortadela ^{1,6,7;} Pão c/ manteiga ^{1,7}	Sumo; Chá; Leite ⁷ + logurte ⁷ Pão c/ manteiga ¹⁾	Sumo; Chá; Leite ⁷ + Pão c/ doce ou queijo de barrar ^{(diabéticos)1,6,7,13} Pão c/ manteiga ^{1,7}	Sumo; Chá; Leite ⁷ + 6 Bolachas doces ou de água e sal ^{(diabéticos) 1;3;6;7;11}
Jantar	Sopa	Canja de galinha ^{1,3} Creme de legumes e frango ^(diabéticos)	Sopa alho francês	Sopa de feijão com couve portuguesa	Creme de cenoura com couve flor e ervilha	Sopa de feijão verde	Sopa de espinafres e lentilhas	Sopa Juliana
	Prato Geral	Peixe espada grelhado ⁴ Batata, cenoura e brócolos cozidos	Arroz de Frango ^{1,12} Couve flor cozida	Solha no forno com legumes assados ⁴ (cenoura, batata, curgete, alho francês, cenoura)	Coelho estufado com massa. ^{1,3} Salada de tomate	Bacalhau, ½ ovo, batata e couve cozida ^{3,4}	Carne de vaca estufada e puré de batata ^{1,3,7} Brócolo cozido	Filetes de pescada com salada russa. ^{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>	<i>Igual ao geral</i>
	Sobremesa	Pera cozida	Banana	Maça assada	Clementina	Kiwi	Maça cozida	Banana

NOTA: EMENTA PODERÁ ESTAR SUJEITA A ALTERAÇÃO

