

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

SEMANA DE 13/07/2026 A 19/07/2026



		Segunda-feira 13/07/26	Terça-feira 14/07/26	Quarta-feira 15/07/26	Quinta-feira 16/07/26	Sexta-feira 17/07/26	Sábado 18/07/26	Domingo 19/07/26
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	Sopa de alho francês	Sopa de legumes	Caldo verde	Sopa de feijão e couve	Creme de Abobora e Couve flor	Sopa Juliana	Sopa de feijão verde
	Sopa Enriquecida	Sopa de alho francês com abrótea ⁴	Sopa de legumes com Perú	Creme de cenoura com pescada ⁴	Sopa de feijão com couve e coelho	Creme de Abobora e Couve flor e abrótea ⁴	Sopa Juliana com frango	Sopa de feijão verde com e pescada ⁴
	Prato geral	Atum, com salada russa (ovo, feijão verde cenoura, batata) ⁴	Esparguete à bolonhesa Salada alface, beterraba	Pescada no tacho de cebolada, batata e feijão verde cozido ⁴	Rancho ^{8,12}	Solha no forno e arroz tomate ^{1,4} Salada alface e milho	Frango e batata assada no forno Legumes assados	Palóco Brás ^{3,4} Salada tomate e cebola
	Prato Dieta/ Diabético	Atum ao natural, com salada russa (ovo, feijão verde, cenoura, batata) ^{3,4}	Igual ao geral (sem adição de gordura)	Pescada, batata e feijão verde cozido ⁴ (sem adição de gordura)	Igual ao geral (sem adição de gordura)	Igual ao geral (sem adição de gordura)	Igual ao geral (sem adição de gordura)	Igual ao geral (sem adição de gordura)
	Sobremesa	Banana	Melancia	Gelatina/Pera	Maça	Laranja	Melão	Clementina
Lanche		Leite c/ cevada, café, ou chá ^{1,7} Pão c/ chouriço ^{1,6,7,13}	logurte ^{1,7} ou chá Pão de leite ^{1,3,7}	Leite c/ cevada, café, ou chá ^{1,7} Pão c/ fiambre ^{6,7,13}	Leite c/ cevada, café ou chá ^{1,7} Pão c/ queijo ^{1,7}	Cereais com leite ^{1,3,6,7,8}	Leite c/ cevada, café ou chá ^{1,7} Pão c/ mortadela ^{1,6,7,13}	logurte ^{1,7} ou chá Tostas com doce ou queijo de barrar ^(diabéticos) 1,7,8
Lanche de SAD		Sumo; Chá; Leite ⁷ + Pão c/ chouriço ^{1,6,7,13} Pão c/ manteiga ¹	Sumo; Chá; Leite ⁷ + Pão de leite ^{1,3,7} Pão c/ manteiga ¹	Sumo; Chá; Leite ⁷ + Pão c/ fiambre ^{6,7,13} Pão c/ manteiga ¹	Sumo; Chá; Leite ⁷ + Pão c/ queijo ^{1,7} Pão c/ manteiga ¹	Sumo; Chá; Leite ⁷ + Bolachas, de água e sal ^(diabéticos) Pão c/ manteiga ¹	Sumo; Chá; Leite ⁷ + Pão c/ mortadela ^{1,6,7,13} Pão c/ manteiga ¹	Sumo; Chá; Leite ⁷ + logurte ^{1,7} Pão c/ manteiga ¹
Jantar	Sopa	Sopa de alho francês	Sopa de legumes	Caldo verde/ Creme de cenoura	Sopa de feijão e couve	Creme de Abobora e Couve flor	Sopa Juliana	Sopa de feijão verde
	Prato Geral	Bife de Perú grelhado, arroz branco ¹ . Brócolo cozido.	Cavala cozida com legumes salteados (curgete, cenoura cebola, brócolo) ⁴	Bifana de porco estufada, arroz de ervilha ¹	Massada de peixes ^{1,4} Salada de alface e tomate	Coelho estufado puré de batata e Brócolo cozido ^{3,7}	Arroz de tamboril com delícias ^{1, 4,14} Brócolo cozido	Almondegas com macarronete cozido Salada Alface e milho
	Prato Dieta/ Diabético	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
	Sobremesa	Maça assada	Ameixa	Melão	Banana	Melancia	Kiwi	Pera cozida

NOTA: EMENTA PODERÁ ESTAR SUJEITA A ALTERAÇÃO

