

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

SEMANA DE 24/08/206 A 30/08/2026



		Segunda-feira 24/08/26	Terça-feira 25/08/26	Quarta-feira 26/08/26	Quinta-feira 27/08/26	Sexta-feira 28/08/26	Sábado 29/08/26	Domingo 30/08/26
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	Caldo verde	Sopa de legumes	Sopa de alho francês	Sopa de feijão e couve	Creme de Abobora e Couve flor	Sopa Juliana	Sopa de feijão verde
	Sopa Enriquecida	Creme de cenoura e pescada ⁴	Sopa de legumes e peru	Sopa de alho francês e pescada ⁴	Sopa de feijão com couve e coelho	Creme de Abobora e Couve flor e solha ⁴	Sopa Juliana e frango	Sopa de feijão verde e abrótea ⁴
	Prato geral	Chanfana de Carneiro Batata e feijão verde cozidos ¹²	Rancho ^{8,12} Salada de tomate e pepino	Solha no forno ao natural, arroz tomate ^{1,4} Salada alface e milho	Esparguete à bolonhesa Salada alface, beterraba	Arroz de tamboril com delícias ^{1,4,14} Couve flor cozida	Frango e batata assada no forno Legumes assados	Pescada no tacho de cebolada, batata e brócolo cozido ⁴
	Prato Dieta/ Diabético	Bife de peru grelhado, Batata e feijão verde cozidos ¹²	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)	Igual ao geral (sem adição de gordura)	Pescada, batata e feijão verde cozido ⁴ (sem adição de gordura)
	Sobremesa	Aletria /Banana	Melancia	Laranja	Maça	Melancia	Abacaxi	Melão
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} AREPAS /Tostas com queijo de barrar ^{1,7,8}	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	Massada de peixes ^{1,4} Salada de alface e tomate.	Cavala cozida com legumes salteados (curgete, cenoura cebola, brócolo) ⁴	Coelho estufado puré de batata e Couve flor cozida ^{3,7}	Atum ao natural, com salada russa (ovo, feijão verde, cenoura, batata) ^{3,4}	Bifana de porco estufada, e massa cozida Salada tomate e pepino	Palóco Brás ^{3,4} Salada alface e cebola	Almondegas com macarronete cozido Salada Alface e milho
	Prato Dieta/ Diabético	Igual ao geral (sem adição de gordura)	Igual ao geral	Igual ao geral (sem adição de gordura)	Igual ao geral	Igual ao geral (sem adição de gordura)	Igual ao geral	Igual ao geral (sem adição de gordura)
	Sobremesa	Maça assada	Pera cozida	Melão	Banana	Pera	Meloa	Maça assada

NOTA: EMENTA PODERÁ ESTAR SUJEITA A ALTERAÇÃO

