

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

SEMANA DE 05/10/2026 A 11/10/2026



		Segunda-feira 05/10/26	Terça-feira 06/10/26	Quarta-feira 07/10/26	Quinta-feira 08/10/26	Sexta-feira 09/10/26	Sábado 11/10/26	Domingo 12/10/26
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	Creme de Abobora e Couve flor	Sopa de feijão e couve	Sopa Juliana	Sopa de feijão verde
	Sopa Enriquecida	Sopa de alho francês com abrótea ⁴	Sopa de legumes com perú	Creme de cenoura com salmão ⁴	Creme de Abobora e Couve flor coelho	Sopa de feijão com couve e pescada ⁴	Sopa Juliana com frango	Sopa de feijão verde com e abrótea ⁴
	Prato geral	Palóco Brás ^{3,4} Salada tomate e cebola	Esparguete à bolonhesa Salada alface, beterraba	Lombinhos de salmão no forno com limão, batata e feijão verde cozido ⁴	Rancho ^{8,12}	Atum, com salada russa (ovo, feijão verde, cenoura, batata) ⁴	Frango e batata assada no forno Legumes assados	Caldeirada de Raia ⁴ Cenoura cozida
	Prato Dieta/ Diabético	Palóco, batata, brócolo e ovo cozido ^{3,4} .	Igual ao geral (sem adição de gordura)	Igual ao geral (sem adição de gordura)	Igual ao geral (sem adição de gordura)	Atum ao natural, com salada russa (ovo, feijão verde, cenoura, batata) ^{3,4}	Igual ao geral (sem adição de gordura)	Igual ao geral (sem adição de gordura,)
	Sobremesa	Pera	Abacaxi	Gelatina/Pera	Maça	Banana	Melão	Laranja
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 Abobora e Couve flor	Sopa de feijão e couve	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 Cenoura cozida	Massada de pescada com delicias ^{1,3,4} Cenoura cozida	Coelho estufado puré de batata e salada de tomate e cebola ^{3,7}	Arroz de tamboril com ameijoas ^{1,4} Salada de alface e tomate	Almondegas com macarronete cozido ^{1,12} 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	Banana	Melão	Pera cozida	Abacaxi	Maça	Pera cozida

NOTA: EMENTA PODERÁ ESTAR SUJEITA A ALTERAÇÃO

