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



SEMANA DE 16/11/2026 A 22/11/2026

		Segunda-feira 16/11/26	Terça-feira 17/11/26	Quarta-feira 18/11/26	Quinta-feira 19/11/26	Sexta-feira 20/11/26	Sábado 21/11/26	Domingo 22/11/26
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	Atum, com salada russa (ovo, feijão verde cenoura, batata)[4]	Esparguete à bolonhesa Salada alface, beterraba	Lombinhos de salmão no forno com limão, batata e feijão verde cozido[4]	Palóco à lagareiro[3,4] Salada tomate e cebola	Rancho [8,12] Salada de tomate e pepino	Frango e batata assada no forno Legumes assados	Caldeirada de Raia[4] Cenoura cozida
	Prato Dieta/ Diabético	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)*	Igual ao geral *(sem adição de gordura)*	Igual ao geral *(sem adição de gordura e enchidos)*	Igual ao geral *(sem adição de gordura*	Igual ao geral *(sem adição de gordura,)*
	Sobremesa	Banana	Clementina	Pera	Maça	Abacaxi	Laranja	Banana
Lanche		Leite c/ cevada, café, ou chá[1,7] Pão c/ chourição[1;6;7;13]	Iogurte [1,7] ou chá Tostas queijo de barrar[1,7,8]	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]	Iogurte [1,7] ou chá Pão de leite[1,3,7]
Lanche de SAD		Sumo; Chá; Leite[7] + Pão c/ chourição[1;6;7;13] Pão c/ manteiga[1]	Sumo; Chá; Leite[7] + Iogurte[1,7] 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] + Pão de leite[1,3,7] 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	Coelho estufado puré de batata e salada de tomate e cebola [3,7]	Cavala cozida com legumes salteados *(curgete, cenoura cebola,brocolo)* [4]	Almondegas com macarronete cozido[1,12] Salada Alface e milho	Bifana de porco estufada, arroz primavera [1]	Massada de pescada com delicias[1,3,4] Couve flor cozida	Peixe espada grelhado e arroz de tomate Brócolo cozido.	Bife de perú grelhado, esparguete salteado com alho e salsa Salada Alface e cebola
	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	Ameixas	Banana	Clementina	Pera cozida	Salada de fruta	Maça cozida

NOTA: EMENTA PODERÁ ESTAR SUJEITA A ALTERAÇÃO

