

# EMENTA ERPI E C.D.

## Semana de 13 a 19 de Julho de 2020

		SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA FEIRA	SABADO	DOMINGO
SOPA	Normal	Legumes	Espinafres	Crema de cenoura	Caldo verde (1,2,4)	Juliana	Feijao branco com Ccouve coração	Feijao verde
	Enriquecida	Porco	Pescada (3)	Coelho	Ovo (2)	Frango	Abrótea (3)	Coelho
ALMOÇO	Dieta Geral	Febras em cebolada com arroz (5,10)	Bacalhau cozido com batata, ovo e grão de bico (2,3)	Arroz À Valenciana (1,2,3,4,5,6,14)	Carapau grelhado com batata cozida e molho verde (3)	Frango frito com arroz de cenoura (5,10)	Solha assada com ananas com batata cozida (3,5,10)	Coelho estufado com arroz de ervilhas (5,10)
	Dieta Hipolipidica	Febras estufadas sem temperos com arroz (5,10)		Carne de porco cozida com arroz branco		Frango estufado sem temperos com arroz (5,10)	Solha assada (ao natural) com batata cozida	Coelho estufado (sem temperos ) com arroz de ervilhas (5,10)
	Dieta Mole	Carne de porco picada com arroz	Bacalhau desfiado com batata e ovo moido (2,3)	Carne de porco picada com arroz branco moido	Carapau desfiado com batata moida (3)	Frango desfiado com arroz moido (45,10)	Solha desfiada com batata moida (3)	Coelho picada com aaroz moido (5,10)
	Salada/ Vegetais	Salada mista (5)	Legumes cozidos	Salada mista (5)	Salada mista (5)	Salada mista (5)	Salada mista (5)	Ervilhas cozidas
	Sobremesa	Maçã	Banana	Laranka	Aletria (1,2,4)	Abacaxi	Pêra	Pêssego
JANTAR	Dieta Geral	Massada de peixe (1,3,5,6,10,14)	Sopa de legumes com Coelho	Dourada assada com batata assada (3,5)	Sopa de legumes com Porco	Pescada cozida com batata (3)	Sopa de legumes com Vitela	Corvina grelhada com batata cozida (3,5)
	Dieta Hipolipidica							
	Dieta Mole	Massa moída com peixe desfiado (1,3,5,6,10,14)	Sopa de Legumes enriquecida com carne de Coelho	Dourada desfiada com batata moida (3,5)	Sopa de Legumes enriquecida com carne de Porco	Pescada desfiada com batata moida (3)	Sopa de Legumes enriquecida com carne de Vitela	Corvina desfiada com batata moida (3)
	Salada/ Vegetais	Tomate e cebola (5)	x	Couve flor	x	Legumes cozidos	x	Salada mista (5)
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época

Alergénios: 1 Cereais que contêm glúten, nomeadamente trigo, centeio, cevada, aveia e produtos à base de cereais; 2 Ovos e produtos à base de ovos; 3 Peixes e produtos à base de peixe; 4 Leite e produtos à base de leite (incluindo lactose); 5 Dióxido de enxofre e sulfitos em concentrações superiores a 10 mg/kg ou 10 mg/l expressos em SO<sub>2</sub>; 6 Crustáceos e produtos à base de crustáceos; 7 Amendoins e produtos à base de amendoins; 8 Soja e produtos à base de soja; 9 Frutos de casca rijã; 10 Alpos e produtos à base de alpos; 11 Mostarda e produtos à base de mostarda; 12 Sementes de sésamo e produtos à base de sementes de sésamo; 13 Tremço e produtos à base de tremço; 14 Moluscos e produtos à base de moluscos.