

# EMENTA ERPI E C.D.

## Semana de 6 a 12 de Julho de 2020

		SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA FEIRA	SABADO	DOMINGO
SOPA	Normal	Legumes	Alho Francês	Juliana	Courgette com Lombarda	Alface	Feijao frade com cenoura ralada	Legumes
	Enriquecida	Porco	Peixe vermelho (3)	Peru	Abrótea(3)	Porco	Pescada (3)	Frango
ALMOÇO	Dieta Geral	Esparguete à bolonhesa (1,2,5,8,10,12)	Peixe vermelho assado com arroz de legumes (3,5,10)	Perna de Peu estufada com batata cozida (5,10)	Feijoada de Chocos (1,2,3,5,10)	Jardineira de porco (2,5,10)	Medalhões de pescada no forno com arroz de cenoura (3,5,10)	Massa de carne de Porco e legumes (1,2,5,10)
	Dieta Hipolipidica	Esparguete com carne estufada sem temperos (1,2,5,8,10,12)	Peixe vermelho assado (ao natural) com arroz de legumes (3,5,10)	Perna de peru estufada sem temperos com batata cozida (5,10)	Tiras de porta estufadas sem temperos com arroz (3,5,10)	Carne de porco estufada sem temperos com batata cozida (5,10)	Medalhões de pescada no forno (ao natural) com arroz de cenoura	Carne de porco estufada sem temperos com massa (1,2,5,10)
	Dieta Mole	Carne picada com massa moida (1,2,5,8,10,12)	Peixe vermelho desfiado com arroz (3)	Peru desfiado com batata moida	Peixe desfiado com arroz (3)	Porco picado com batata e legumes (2,5,10)	Pescada desfiada com arroz (3)	Porco desfiado com massa (1,2)
	Salada/ Vegetais	Alface e tomate (5)	Salada mista (5)	Brócolos cozidos	Legumes cozidos	Macedónia	Salada mista (5)	Feijao verde
	Sobremesa	Laranja	Banana	Ameixas	Gelatina	Maçã	Pêra	Pêssego
JANTAR	Dieta Geral	Salmão grelhado com batata cozida (3)	Sopa de Legumes com Frango	Salada de atum com batata e ovo cozido (1,2,3,5)	Sopa de legumes com Coelho	Perca grelhada com batata (3)	Sopa de legumes com Peru	Abrótea cozida com batata (3)
	Dieta Hipolipidica							
	Dieta Mole	Salmão desfiado com batata moida (3)	Sopa de Legumes enriquecida com carne de Frango	Atum picado com batata e ovo em puré (1,2,3,5)	Sopa de Legumes enriquecida com carne de Coelho	Peixe desfiado com batata moida (3)	Sopa de Legumes enriquecida com carne de Peru	Abrótea desfiada com batata moida (3)
	Salada/ Vegetais	Legumes cozidos	x	Macedónia	x	Legumes cozidos	x	Legumes cozidos
	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 rijas; 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.