

EMENTA SAD

Semana de 14 a 20 de Setembro de 2020

		SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA FEIRA	SABADO	DOMINGO
Sopa	Normal	Legumes	Feijao Frade com Lombarda	Juliana	Feijao verde	Brócolos	Legumes	Canja (1,2)
	Enriquecida	Frango	Pescada (3)	Porco	Abrótea (3)	Frango	Corvina (3)	Frango do campo
Almoço	Dieta Geral	Panados de frango no forno com arroz de cenoura (1,2,5,8,10)	Medalhões de pescada estufados com batata cozida (3,5,10)	Esparguete à bolonhesa (1,2,5,8,10,12)	Sardinha assada com batata cozida (3)	Frango estufado com legumes e massa espirais (1,2,5,10)	Corvina assada com arroz de legumes (3,5)	Rancho (1,2,5,10)
	Dieta Hipolipidica			Esparguete com carne estufada sem temperos (1,2,5,8,10,12)		Frango estufado (sem temperos) com legumes e massa espirais (1,2,5,10)		
	Dieta Mole	Coxa de frango desfiado com arroz moido	Pescada desfiada com batata moida (3)	Carne picada com massa moída (1,2,5,8,10,12)	Carapau desfiado com batata moida (3)	Frango desfiado com massa moida (1,2)	Coevina desfiada com arroz moido (3)	Carne desfiada com massa moída
	Salada/ Vegetais	Salada mista (5)	Feijao verde	Alface e tomate (5)	Salada mista (5)	Alface e cebola (5)	Macedónia	Legumes cozidos (5)
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Sobremesa (1,2,4)	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época

Alérgénios: 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 SO₂; 6 Crustáceos e produtos à base de crustáceos; 7 Amendins e produtos à base de amendins; 8 Soja e produtos à base de soja; 9 Frutos de casca rija; 10 Aipos e produtos à base de aipos; 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."