



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE LOULÉ
EMENTA 5

Semana de:
05 A 11 JANEIRO 2026

	P. ALMOÇO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	CEIA
2ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Queijo	Sopa: Alho francês Prato: Rissóis de Camarão c/ arroz cenoura e salada Dieta: Rissóis de Camarão no forno c/ arroz cenoura e salada Pastosa: Alho francês c/ peixe Sobremesa: ERPI/CD - Banana SAD - Maçã assada c/ canela + banana	Leite/ Café/ Chá/ iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ chocolate	Sopa: Portuguesa Sandes: Pão com mortadela Pastosa: Portuguesa com carne Sobremesa: ERPI/ CD - Maçã assada c/ canela	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
3ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Fiambre	Sopa: Feijão verde Prato: Cozido à portuguesa Dieta: Cozido à portuguesa (carne e legumes cozidos) Pastosa: Caldo verde com carne Sobremesa: ERPI/CD - Maçã SAD - Maçã + arroz doce	Leite/ Café/ Chá/ iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ chouriço	Sopa: Agrião Sandes: Pão com fiambre Pastosa: Agrião com peixe Sobremesa: ERPI/ CD - arroz doce	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
4ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Queijo	Sopa: Canja Prato: Filetes de pescada fritos c/ arroz tomate Dieta: Filetes de pescada no forno c/ arroz tomate Pastosa: Legumes com peixe Sobremesa: ERPI/CD – Mousse (diversos sabores) SAD – Mousse (diversos sabores) + pêra	Leite/ Café/ Chá/ iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ fiambre	Sopa: Caldo verde Sandes: Pão com queijo Pastosa: Feijão-verde com carne Sobremesa: ERPI/ CD - Maçã assada	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
5ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Mortadela	Sopa: Macedónia Prato: Empadão (batata) vitela Dieta: Empadão (batata) vitela Pastosa: Macedónia com carne Sobremesa: ERPI/CD - Laranja SAD - Crumble maçã + laranja	Leite/ Café/ Chá/ iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ fiambre	Sopa: Creme de lentilhas Sandes: Pão com chouriço Pastosa: Cenoura e coentros com peixe Sobremesa: ERPI/ CD - Crumble maçã	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
6ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Queijo fundido	Sopa: Lombardo Prato: Feijoada de potas Dieta: Carapaus no forno com batatas e legumes cozidos Pastosa: Lombardo c/ peixe Sobremesa: ERPI/CD - Ananás em calda SAD - Batata doce + banana	Leite/ Café/ Chá/ iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ fiambre (ERPI) e doce/marmelada (CD)	Sopa: Grão com hortaliça Sandes: Pão com queijo Pastosa: Grão com hortaliça e carne Sobremesa: ERPI/ CD - Batata doce	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
SÁBADO	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Queijo	Sopa: Nabiças Prato: Hambúrguer aves com arroz e legumes salteados Dieta: Hambúrguer aves no forno e legumes salteados Pastosa: Ervilhas com coentros e frango Sobremesa: ERPI - Gelatina com iogurte SAD - Gelatina c/ iogurte + maçã	Leite/ Café/ Chá/ iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ doce/marmelada	Sopa: Lombardo e feijão Sandes: Pão com fiambre Pastosa: Lombardo e feijão c/ peixe Sobremesa: ERPI - banana	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
DOMINGO	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Fiambre	Sopa: Cenoura e Abóbora Prato: Pernas de frango no forno com massa e legumes Dieta: Pernas de frango no forno com massa e legumes Pastosa: Cenoura e Abóbora c/ carne Sobremesa: ERPI - Pêra bêbeda SAD - Pêra bêbeda + laranja	Leite/ Café/ Chá/ iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ queijo	Sopa: Açorda de ovo Sandes: Pão com chouriço Pastosa: Lombardo com carne Sobremesa: ERPI - Gelatina	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
ANIVERSÁRIOS	ERPI		CENTRO DIA		
	2 PISO / 05 JAN / FRANCELINA NASCIMENTO 6 PISO / 10 JAN / M. DE JESUS FAÍSCA				

ITAU - 1618536

Observações: ~~Essa ementa não sofre alterações por motivos alheios à instituição.~~

ITAU:

L.I: 6318315

DATA:

14/11/25

SCMLOULÉ:

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹ Cereais que contêm glúten., ² Ovos, ³ Peixes, ⁴ Soja, ⁵ Leite, ⁶ Frutos de casca rija, ⁷ Alho, ⁸ Dióxido de enxofre e sulfitos, ⁹ Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores. VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas