



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE LOULÉ
EMENTA 6

Semana de:
12 A 18 JANEIRO 2026

	P. ALMOÇO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	CEIA
2ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Queijo	Sopa: Portuguesa Prato: Pescada no forno com batata, feijão-verde Dieta: Pescada no forno com batata, feijão-verde Pastosa: Portuguesa com peixe Sobremesa: ERPI/CD - Salada de frutas SAD - Salada de frutas 2x	Leite/ Café/ Chá/ logurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ chocolate	Sopa: Creme de lentilhas com hortaliça Sandes: Pão com mortadela Pastosa: Creme de lentilhas com hortaliça e carne Sobremesa: ERPI/CD - Banana	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ logurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
3ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Fiambre	Sopa: Hortalíça Prato: Massada à Lavrador Dieta: Carne estufada com massa Pastosa: Hortalíça e carne Sobremesa: ERPI/CD - Arroz Doce SAD - Arroz Doce + pêra	Leite/ Café/ Chá/ logurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ chouriço	Sopa: Cenoura com massa Sandes: Pão com fiambre Pastosa: Cenoura com massa e peixe Sobremesa: ERPI/CD - Maçã assada	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ logurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
4ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Queijo	Sopa: Juliana Prato: Bacalhau com grão e ovo Dieta: Bacalhau com batatas e legumes Pastosa: Juliana c/ peixe Sobremesa: ERPI/CD - Laranja SAD - Laranja + maçã	Leite/ Café/ Chá/ logurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ fiambre	Sopa: Espinafres e alho francês Sandes: Pão com queijo Pastosa: Espinafres e alho francês com carne Sobremesa: ERPI/CD - Pêssego em calda	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ logurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
5ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Mortadela	Sopa: Agrião Prato: Favas à portuguesa Dieta: Hambúrguer vaca c/ massa e legumes Pastosa: Agrião com carne Sobremesa: ERPI/CD - Pudim (chocolate/baunilha/caramelo) SAD-pudim/maçã assada	Leite/ Café/ Chá/ logurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ fiambre	Sopa: Espinafres Sandes: Pão com chouriço Pastosa: Macedónia com peixe Sobremesa: ERPI/CD - Maçã assada c/ canela	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ logurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
6ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Queijo fundido	Sopa: Legumes Prato: Red-fish no forno c/ batatas assadas e salada Dieta: Red-fish no forno c/ batatas assadas e salada Pastosa: Legumes com peixe Sobremesa: ERPI/CD - Gelatina SAD - Gelatina + laranja	Leite/ Café/ Chá/ logurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ fiambre (ERPI) e doce/marmelada (CD)	Sopa: Tomate e ovo escalfado Sandes: Pão com queijo Pastosa: Espinafres com carne Sobremesa: ERPI/CD - Pêra	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ logurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
SÁBADO	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Queijo	Sopa: Feijão-verde Prato: Lombo de porco assado com arroz e legumes salteados Dieta: Lombo de porco assado com arroz e legumes salteados Pastosa: Feijão-verde com carne Sobremesa: ERPI - Mousse SAD - Pêra + pêssego calda	Leite/ Café/ Chá/ logurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ doce/marmelada	Sopa: Nabiças Sandes: Pão com fiambre Pastosa: Nabiças com peixe Sobremesa: ERPI - Banana	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ logurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
DOMINGO	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Fiambre	Sopa: Alho francês Prato: Rojões estufados e massa espiral Dieta: Rojões estufados com massa espiral Pastosa: Alho francês com carne Sobremesa: ERPI - Maçã SAD - Maçã e banana	Leite/ Café/ Chá/ logurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ queijo	Sopa: Feijão com legumes Sandes: Pão com chouriço Pastosa: Feijão com legumes com peixe Sobremesa: ERPI - Maçã assada	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ logurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
ANIVERSÁRIOS	ERPI			CENTRO DIA	
	2 PISO / 16 JANEIRO / EUGÉNIA LUZ 3 PISO / 17 JAN / EUGÉNIO RODRIGUES 6 PISO / 17 JAN / ANTÓNIO GONÇALVES 3 PISO / 18 JAN / JOSÉ MARTINS MARIA				

ITAU - 1618536
SCM LOULÉ

LI: 6318315

Observações: Esta ementa pode sofrer alterações por motivos alheios à instituição.

ITAU:

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, ³ Ovos, ⁴ Peixes, ⁶ Soja, ⁷ Leite, ⁸ Frutos de casca rijas, ⁹ Alho, ¹² Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹⁴ 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