



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE LOULÉ
EMENTA 7

Semana de:
19 A 25 JANEIRO 2026

	P. ALMOÇO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	CEIA
2ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Queijo	Sopa: Creme de legumes Prato: Empadão (batata) de peixe Dieta: Empadão (batata) de peixe Pastosa: Creme de legumes c/ peixe Sobremesa: ERPI/CD - Pudim SAD - Pudim + laranja	Leite/ Café/ Chá/ logurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ chocolate	Sopa: Portuguesa Sandes: Pão com mortadela Pastosa: Portuguesa c/ carne Sobremesa: ERPI/ CD - Gelatina	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ logurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
3ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Fiambre	Sopa: Macedónia Prato: Strogonoff frango com esparguete e salada de couve roxa e cenoura Dieta: Strogonoff frango (s/natas) com esparguete e salada de couve roxa e cenoura Pastosa: Macedónia c/ frango Sobremesa: ERPI/CD - Maçã SAD - Maçã e banana	Leite/ Café/ Chá/ logurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ chourição	Sopa: Açorda de peixe Sandes: Pão com fiambre Pastosa: Creme de brócolos c/ 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: Lombardo Prato: Pescada no forno com batata, e brócolos Dieta: Pescada no forno com batata, e brócolos Pastosa: Lombardo c/ peixe Sobremesa: ERPI/CD - Laranja SAD - Laranja + gelatina	Leite/ Café/ Chá/ logurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ fiambre	Sopa: Abóbora e cenoura Sandes: Pão com queijo Pastosa: Abóbora e cenoura c/ carne Sobremesa: ERPI/ CD - Gelatina	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ logurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
5ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Mortadela	Sopa: Juliana Prato: Jantar de grão Dieta: Bife de frango c/ massa e legumes Pastosa: Juliana c/ carne Sobremesa: ERPI/CD - Aletria SAD - Aletria + maçã	Leite/ Café/ Chá/ logurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ fiambre	Sopa: Abóbora com coentros Sandes: Pão com chourição Pastosa: Abóbora com coentros e peixe Sobremesa: ERPI/ CD - Banana	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ logurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
6ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Queijo fundido	Sopa: Alho francês Prato: Paloco à Brás Dieta: Salada de paloco Pastosa: Alho francês c/ peixe Sobremesa: ERPI/CD - Pêra bêbada SAD - Pêra bêbada + banana	Leite/ Café/ Chá/ logurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ fiambre (ERPI) e doce/marmelada (CD)	Sopa: Grão com massa Sandes: Pão com queijo Pastosa: Grão com massa e frango Sobremesa: ERPI/CD - Maçã assada	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ logurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
SÁBADO	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Queijo	Sopa: Nabiça Prato: Arroz de frango e cenoura Dieta: Arroz de frango e cenoura Pastosa: Nabiça e frango Sobremesa: ERPI - Laranja SAD - laranja + pêra	Leite/ Café/ Chá/ logurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ doce/marmelada	Sopa: Espinafres com massa Sandes: Pão com fiambre Pastosa: Espinafres com massa e peixe Sobremesa: ERPI - Gelatina	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ logurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
DOMINGO	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Fiambre	Sopa: Feijão-verde Prato: Perú no forno c/ massa e ervilhas Dieta: Perú no forno c/ massa e ervilhas Pastosa: Portuguesa com carne Sobremesa: ERPI - Maçã SAD - Gelatina + maçã	Leite/ Café/ Chá/ logurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ queijo	Sopa: Feijão e legumes Sandes: Pão com chourição Pastosa: Feijão e legumes c/ peixe Sobremesa: ERPI - Batata doce	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ logurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
ANIVERSÁRIOS		ERPI			CENTRO DIA
		3 PISO / 22 JAN / JOSÉ MOIRINHO			

ITAU - 1618536
SCM LOULÉ

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 rija, ⁹ Alho, ¹² Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹⁴ Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.

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, Lip. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas