



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE LOULÉ
EMENTA 8

Semana de:
26 A 01 FEVEREIRO 2026

	P. ALMOÇO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	CEIA
2ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Queijo	Sopa: Agrião Prato: Paloco c/ natas e salada de alface e cenoura Dieta: Salada de paloco Pastosa: Agrião com peixe Sobremesa: ERPI/CD - Doce da casa SAD - Doce da casa + banana	Leite/ Café/ Chá/ iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ chocolate	Sopa: Cenoura e repolho Sandes: Pão com mortadela Pastosa: Cenoura e repolho com carne Sobremesa: ERPI/ CD - banana	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
3ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Fiambre	Sopa: Nabiça Prato: Arroz à valenciana Dieta: Peito de frango grelhado com massa e legumes cozidos Pastosa: Nabiça com carne Sobremesa: ERPI/CD - Pêssego calda SAD - Laranja + maçã assada c/ canela	Leite/ Café/ Chá/ iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ chourição	Sopa: Macedónia Sandes: Pão com fiambre Pastosa: Macedónia com peixe Sobremesa: ERPI/ CD - maçã assada c/ canela	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
4ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Queijo	Sopa: Couve portuguesa Prato: Solha frita c/ papas de milho Dieta: Solha no forno c/ papas de milho Pastosa: Couve portuguesa com peixe Sobremesa: ERPI/CD - Salada fruta SAD - Salada fruta 2x	Leite/ Café/ Chá/ iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ fiambre	Sopa: Pedra Sandes: Pão com queijo Pastosa: Pedra com frango Sobremesa: ERPI/ CD - Pudim	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
5ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Mortadela	Sopa: Couve-flor Prato: Bife à SCML (bife de porco de cebolada c/ batata frita e feijão preto) Dieta: Bife de porco de cebolada c/ batata cozida Pastosa: Hortaliça com carne Sobremesa: ERPI/CD - Batata Doce SAD - Batata doce + maçã	Leite/ Café/ Chá/ iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ fiambre	Sopa: Açorda ovo Sandes: Pão com chourição Pastosa: Cenoura e coentros com peixe Sobremesa: ERPI/ CD - maçã assada	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
6ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Queijo fundido	Sopa: Espinafres Prato: Pastéis de bacalhau com arroz de cenoura e salada Dieta: Pastéis de bacalhau no forno com arroz de cenoura e salada Pastosa: Espinafres com peixe Sobremesa: ERPI/CD - Arroz Doce SAD - Arroz doce + Pêra	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 - Pêra	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
SÁBADO	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Queijo	Sopa: Alho francês Prato: Frango à Brás c/ salada de alface e tomate Dieta: Salada de frango c/ batata Pastosa: Legumes e coentros c/ frango Sobremesa: ERPI - Banana SAD - Banana + laranja	Leite/ Café/ Chá/ iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ doce/marmelada	Sopa: Canja Sandes: Pão com fiambre Pastosa: Couve-flor c/ peixe Sobremesa: ERPI -maçã assada	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
DOMINGO	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Fiambre	Sopa: Legumes Prato: Febras de tomatada c/ esparguete e cenoura Dieta: Febras c/ esparguete e cenoura Pastosa: Legumes c/ carne Sobremesa: ERPI/CD - Maçã SAD - Gelatina + maçã	Leite/ Café/ Chá/ iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ queijo	Sopa: Grão c/ nabiça Sandes: Pão com chourição Pastosa: Grão c/ nabiça e peixe Sobremesa: ERPI - Gelatina	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
ANIVERSÁRIOS	ERPI			CENTRO DIA	
	2 PISO / 27 JAN / M. CARMO FERNANDES			28 JAN / MANUEL RAMOS	

ITAU - 1618536

SCM LOULÉ
L.I: 6318315

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

ITAU:

DATA:

14/11/25

SCM LOULÉ:

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