



	P. ALMOÇO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	CEIA
2ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Queijo	Sopa: Agrião Prato: Arinca no forno c/ batatas e molho de coentros Dieta: Arinca no forno c/ batatas e legumes Pastosa: Agrião c/ peixe Sobremesa: ERPI/CD - Banana SAD - Maçã assada c/ canela + banana	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ chocolate	Sopa: Lombardo Sandes: Pão com mortadela Pastosa: Lombardo c/ 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: Legumes Prato: Frango de fricassé com arroz e salada mista Dieta: Frango de fricassé com arroz e salada mista Pastosa: Legumes c/ carne Sobremesa: ERPI/CD - Maçã SAD - Maçã + Mousse (diversos sabores)	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte Bolachas/ Papo seco/ Integral c/ chourição	Sopa: Repolho c/ massa Sandes: Pão com fiambre Pastosa: Repolho c/ massa e peixe Sobremesa: ERPI/ CD - Mousse (diversos sabores)	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
4ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Queijo	Sopa: Caldo verde Prato: Caldeirada mista de peixe Dieta: Caldeirada mista de peixe Pastosa: Caldo verde c/ peixe Sobremesa: ERPI/CD – Arroz doce SAD – Arroz doce + pêra	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte Bolachas/ Papo seco/ Integral c/ fiambre	Sopa: Portuguesa Sandes: Pão com queijo Pastosa: Portuguesa c/ 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: Creme Ervilhas S. Germano Prato: Arroz de pato no forno e salada Dieta: Arroz de pato no forno e salada Pastosa: Creme Ervilhas c/ carne Sobremesa: ERPI/CD - Banana SAD - Banana + laranja	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte Bolachas/ Papo seco/ Integral c/ fiambre	Sopa: Espinafres Sandes: Pão com chourição Pastosa: Espinafres c/ 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: Canja Prato: Pescada cozida com batatas e legumes Dieta: Pescada cozida com batatas e legumes Pastosa: Creme de feijão e cenoura com peixe Sobremesa: ERPI/CD - Laranja SAD - Batata doce + Maçã	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte Bolachas/ Papo seco/ Integral c/ fiambre (ERPI) e doce/marmelada (CD)	Sopa: Açorda ovo Sandes: Pão com queijo Pastosa: Feijão-verde com 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: Creme de cenoura Prato: Lentilhas com carne, arroz e salada Dieta: Carne estufada com arroz e salada Pastosa: Creme de cenoura c/ carne Sobremesa: ERPI - Gelatina com Iogurte SAD - Gelatina c/ Iogurte + Pêssego em calda	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte Bolachas/ Papo seco/ Integral c/ doce/marmelada	Sopa: Sopa de legumes Sandes: Pão com fiambre Pastosa: Sopa de legumes 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: Abóbora com feijão-verde Prato: Lombo de porco assado com massa e legumes salteados Dieta: Lombo de porco assado com massa e legumes Pastosa: Abóbora com feijão-verde c/ carne Sobremesa: ERPI - Pera bêbeda SAD - Pera bêbeda + Laranja	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte Bolachas/ Papo seco/ Integral c/ queijo	Sopa: Massinhas de peixe Sandes: Pão com chourição Pastosa: Legumes com massa e peixe Sobremesa: ERPI - Gelatina	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
ANIVERSÁRIOS	ERPI		CENTRO DIA		

ITAU - 1618536

SCM LOULÉ

L.I. 6318515

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

ITAU: _____

DATA: 13/3/26

SCMLOULÉ: 

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹ Cereais que contêm glúten, ² Ovos, ³ Peixe, ⁴ Soja, ⁵ Leite, ⁶ Frutos de casca rija, ⁷ Aipo, 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, Lip. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas