



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE LOULÉ  
**EMENTA 2**

Semana de:  
**06 A 12 ABRIL 2026**

	P. ALMOÇO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	CEIA
<b>2ª FEIRA</b>	Leite/ Café/ Chá/ Caldo  Paposseco/ Integral c/ Queijo	<b>Sopa:</b> Cebola c/ croutons <b>Prato:</b> Carapaus fritos c/ arroz de feijão <b>Dieta:</b> Carapaus no forno c/ arroz feijão <b>Pastosa:</b> Creme Cebola c/ peixe <b>Sobremesa:</b> ERPI/CD - Salada de frutas SAD - Salada de frutas 2x	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte  Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ chocolate	<b>Sopa:</b> Agrião <b>Sandes:</b> Pão com mortadela <b>Pastosa:</b> Agrião c/ frango <b>Sobremesa:</b> ERPI/CD - Banana	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte  Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
<b>3ª FEIRA</b>	Leite/ Café/ Chá/ Caldo  Paposseco/ Integral c/ Fiambre	<b>Sopa:</b> Espinafres <b>Prato:</b> Tortilha e salada <b>Dieta:</b> Tortilha de legumes e salada <b>Pastosa:</b> Espinafres c/ carne <b>Sobremesa:</b> ERPI/CD - Aletria SAD - Aletria + pêra	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte  Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ chourição	<b>Sopa:</b> Lentilhas <b>Sandes:</b> Pão com fiambre <b>Pastosa:</b> Lentilhas c/ peixe <b>Sobremesa:</b> ERPI/CD - Maçã assada	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte  Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
<b>4ª FEIRA</b>	Leite/ Café/ Chá/ Caldo  Paposseco/ Integral c/ Queijo	<b>Sopa:</b> Repolho <b>Prato:</b> Douradinhos com arroz de primavera <b>Dieta:</b> Douradinhos no forno com arroz de primavera <b>Pastosa:</b> Repolho com peixe <b>Sobremesa:</b> ERPI/CD - Laranja SAD - Laranja + maçã	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte  Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ fiambre	<b>Sopa:</b> Couve Portuguesa <b>Sandes:</b> Pão com queijo <b>Pastosa:</b> Couve Portuguesa c/ carne <b>Sobremesa:</b> ERPI/CD - Pudim (chocolate/baunilha/caramelo)	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte  Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
<b>5ª FEIRA</b>	Leite/ Café/ Chá/ Caldo  Paposseco/ Integral c/ Mortadela	<b>Sopa:</b> Sopa de nabiça <b>Prato:</b> Feijoada à transmontana <b>Dieta:</b> Bife de vaca grelhado com arroz e nabiça cozida <b>Pastosa:</b> Sopa de nabiça c/ carne <b>Sobremesa:</b> ERPI/CD - Banana SAD - Banana + maçã assada c/ canela	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte  Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ fiambre	<b>Sopa:</b> Macedónia <b>Sandes:</b> Pão com chourição <b>Pastosa:</b> Macedónia com peixe <b>Sobremesa:</b> ERPI/CD - Maçã assada c/ canela	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte  Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
<b>6ª FEIRA</b>	Leite/ Café/ Chá/ Caldo  Paposseco/ Integral c/ Queijo fundido	<b>Sopa:</b> Juliana <b>Prato:</b> Pescada à Gomes de Sá e salada <b>Dieta:</b> Pescada à Gomes de Sá e salada <b>Pastosa:</b> Juliana c/ peixe <b>Sobremesa:</b> ERPI/CD - Crumble SAD - Crumble + laranja	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte  Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ fiambre (ERPI) e doce/marmelada (CD)	<b>Sopa:</b> Tomate c/ ovo escalfado <b>Sandes:</b> Pão com queijo <b>Pastosa:</b> Macedónia c/ carne <b>Sobremesa:</b> ERPI/CD – Pêra assada no forno	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte  Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
<b>SÁBADO</b>	Leite/ Café/ Chá/ Caldo  Paposseco/ Integral c/ Queijo	<b>Sopa:</b> Abóbora <b>Prato:</b> Frango c/ cenoura e repolho <b>Dieta:</b> Frango c/ cenoura e repolho <b>Pastosa:</b> Abóbora c/ frango <b>Sobremesa:</b> ERPI – Mousse SAD - Mousse + pêssego calda	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte  Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ doce/marmelada	<b>Sopa:</b> Grão com nabiça <b>Sandes:</b> Pão com fiambre <b>Pastosa:</b> Grão com nabiça e peixe <b>Sobremesa:</b> ERPI - pêssego calda	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte  Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
<b>DOMINGO</b>	Leite/ Café/ Chá/ Caldo  Paposseco/ Integral c/ Fiambre	<b>Sopa:</b> Feijão -verde <b>Prato:</b> Hambúrguer de vaca com puré batata e salada <b>Dieta:</b> Hambúrguer de vaca com puré batata e salada <b>Pastosa:</b> Feijão- verde e carne <b>Sobremesa:</b> ERPI – Maçã SAD - Maçã e banana	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte  Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ queijo	<b>Sopa:</b> Sopa da pedra <b>Sandes:</b> Pão com chourição <b>Pastosa:</b> Abóbora com hortaliça e carne <b>Sobremesa:</b> ERPI - Maçã assada	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte  Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
<b>ANIVERSÁRIOS</b>	<b>ERPI</b>			<b>CENTRO DIA</b>	
	2 PISO – 08 ABRIL – OLGA SOUSA			CD – 10 ABRIL -M. ANJOS RODRIGUES	

ITAU - 1618536

SCM LOULÉ

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: <sup>1</sup>Cereais que contêm glúten., <sup>2</sup>Ovos, <sup>3</sup>Peixes, <sup>4</sup>Soja, <sup>5</sup>Leite, <sup>6</sup>Frutos de casca rija, <sup>7</sup>Alpo, <sup>8</sup>Dióxido de enxofre e sulfitos, <sup>9</sup>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