



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE LOULÉ
EMENTA 3

Semana de:
08 A 14 JUNHO 2026

	P. ALMOÇO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	CEIA
2ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Queijo	Sopa: Creme de legumes Prato: Massada de peixe Dieta: Massada de peixe Pastosa: Creme de legumes e peixe Sobremesa: ERPI/CD - Pudim SAD - Pudim + laranja	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ chocolate	Sopa: Courgete e alho francês Sandes: Pão com mortadela Pastosa: Courgete e alho francês e 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: Macedónia Prato: Frango no forno com batata frita e salada Dieta: Frango no forno com batata assada e salada Pastosa: Macedónia c/ frango Sobremesa: ERPI/CD - Maçã SAD - Maçã e banana	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ chouriço	Sopa: Açorda de peixe Sandes: Pão com fiambre Pastosa: Creme de brócolos com peixe Sobremesa: ERPI/ CD - Maçã assada	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
4ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Queijo	Sopa: Alface e ovo Prato: Empadão de Atum (arroz)c/salada Dieta: Empadão de atum (arroz) c/salada Pastosa: Alface e ovo c/ peixe Sobremesa: ERPI/CD - Laranja SAD - Laranja + gelatina	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte Bolachas/ Paposseco/integral c/fiambre	Sopa: Feijão branco c/nabo Sandes: Pão com queijo Pastosa: Feijão branco com nabo e carne Sobremesa: ERPI/ CD – Gelatina	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
5ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Mortadela	Sopa: Abóbora com legumes Prato: Favas à portuguesa Dieta: Hambúrguer vaca c/ massa e legumes Pastosa: Abóbora com legumes e carne Sobremesa: ERPI/CD – Maçã assada c/ canela SAD – Maçã assada c/ canela (2)	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte Bolachas/ Paposseco/integral c/fiambre	Sopa: Sopa de feijão verde Sandes: Pão com chouriço Pastosa: Feijão-verde c/ peixe Sobremesa: ERPI/ CD – Banana	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 c/ batata, cenoura e brócolos Dieta: Pescada cozida c/ batata, cenoura e brócolos Pastosa: Coentros c/ peixe Sobremesa: ERPI/CD - Pêra bêbada SAD - Pêra bêbada + banana	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ fiambre (ERPI) e doce/marmelada (CD)	Sopa: Lombardo e feijão Sandes: Pão com queijo Pastosa: Lombardo e feijão c/ carne Sobremesa: ERPI/CD - Maçã assada (CD)	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
SÁBADO	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Queijo	Sopa: Nabiça Prato: Cozido de grão com repolho Dieta: Hambúrguer vaca c/ fusili e legumes Pastosa: Nabiça com carne Sobremesa: ERPI - Laranja SAD - laranja + pêra	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ doce/marmelada	Sopa: Massinhas de peixe Sandes: Pão com fiambre Pastosa: Espinafres com peixe Sobremesa: ERPI - Gelatina	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
DOMINGO	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Fiambre	Sopa: Caldo verde Prato: Arroz à valenciana Dieta: Peito de frango grelhado com massa e legumes cozidos Pastosa: Caldo verde c/ carne Sobremesa: ERPI - Maçã SAD - Gelatina + maçã	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ queijo	Sopa: Grão com hortaliça Sandes: Pão com chouriço Pastosa: Grão com hortaliça e peixe Sobremesa: ERPI – Maçã assada com canela	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
ANIVERSÁRIOS	ERPI		CENTRO DIA		
	1 PISO – 08 JUNHO – ANTÓNIA PEREIRA				

Observações: Esta ementa é **SCM** e não contém alterações por motivos alheios à instituição.

ITAÚ:  ITAU - 1618536
L.I: 6318315 DATA: 28/4/2026 SCMLOULÉ: 

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹ Cereais que contêm glúten, ² Ovos, ³ Peixes, ⁴ Soja, ⁵ Leite, ⁶ Frutos de casca rija, ⁷ Aipo, ⁸ Dióxido de enxofre e sulfitos, ⁹ 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