



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE LOULÉ

EMENTA 1

Semana de:
20 A 26 JULHO 2026

	P. ALMOÇO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	CEIA
2ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo	Sopa: Agrião Prato: Arinca no forno c/ batatas e molho de coentros	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte	Sopa: Lombardo Sandes: Pão com mortadela	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte
	Paposseco/ Integral c/ Queijo	Dieta: Arinca no forno c/ batatas e legumes Pastosa: Agrião c/ peixe Sobremesa: ERPI/CD - Banana SAD - Maçã assada c/ canela + banana	Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ chocolate	Pastosa: Lombardo c/ carne Sobremesa: ERPI/ CD - Maçã assada c/ canela	Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
3ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo	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 + arroz doce	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte	Sopa: Alho francês e massa Sandes: Pão com fiambre Pastosa: Alho francês e massa c/ peixe Sobremesa: ERPI/ CD - arroz doce	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte
	Paposseco/ Integral c/ Fiambre		Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ chourição		Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
4ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo	Sopa: Caldo verde Prato: Almofadas de atum c/ salada russa Dieta: Almofadas de atum no forno c/ salada russa Pastosa: Caldo verde c/ peixe Sobremesa: ERPI/CD - Mousse (diversos sabores) SAD - Mousse (diversos sabores) + pêra	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte	Sopa: Portuguesa Sandes: Pão com queijo Pastosa: Portuguesa c/ carne Sobremesa: ERPI/ CD - Maçã assada	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte
	Paposseco/ Integral c/ Queijo		Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ fiambre		Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
5ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo	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 - Crumble maçã SAD - Crumble maçã + laranja	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte	Sopa: Espinafres Sandes: Pão com chourição Pastosa: Espinafres c/ peixe Sobremesa: ERPI/ CD - maçã	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte
	Paposseco/ Integral c/ Mortadela		Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ fiambre		Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
6ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo	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 + banana	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte	Sopa: Açorda ovo Sandes: Pão com queijo Pastosa: Feijão-verde com carne Sobremesa: ERPI/ CD - Batata doce	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte
	Paposseco/ Integral c/ Queijo fundido		Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ fiambre (ERPI) e doce/marmelada (CD)		Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
SÁBADO	Leite/ Café/ Chá/ Caldo	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 + maçã	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte	Sopa: Sopa de feijão e legumes Sandes: Pão com fiambre Pastosa: Sopa de feijão e legumes c/ peixe Sobremesa: ERPI - banana	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte
	Paposseco/ Integral c/ Queijo		Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ doce/marmelada		Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
DOMINGO	Leite/ Café/ Chá/ Caldo	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 - Pêra bêbeda SAD - Pêra bêbeda + laranja	Leite/ Café/ Chá/ Iogurte	Sopa: Massinhas de peixe Sandes: Pão com chourição Pastosa: Legumes com massa e peixe Sobremesa: ERPI - Gelatina	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte
	Paposseco/ Integral c/ Fiambre		Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ queijo		Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
ANIVERSÁRIOS		ERPI		CENTRO DIA	
		1 PISO / 20 JUL / M. LOURDES CEBOLA 5 PISO / 21 JULHO / EVANGELINA GONÇALVES 4 PISO / 23 JULHO / M. VIRGOLINA MINA 1 PISO / 25 JULHO / LETÍCIA D'ALVA 3 PISO / 25 JULHO / JOAQUIM APOLO		20 JULHO / M. GUERREIRO COELHO 26 JULHO / M. LUZ PAREDES	

ITAÚ - 1618536

SCMILOULÉ
L: 6318315

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

ITAÚ:

DATA: 27/7/26

SCMILOULÉ:

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹ Cereais que contêm glúten, ³ Ovos, ⁴ Peixe, 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 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