



	P. ALMOÇO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	CEIA
2ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Queijo	Sopa: Couve Portuguesa Prato: Carapaus fritos c/ gaspacho Dieta: Carapaus no forno c/ gaspacho Pastosa: Couve Portuguesa c/ peixe Sobremesa: ERPI/CD - Salada de frutas SAD - Salada de frutas 2x	Leite/ Café/ Chá/ iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ chocolate	Sopa: Sopa da pedra Sandes: Pão com mortadela Pastosa: Sopa da pedra c/ frango 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: Espinafres Prato: Tortilha e salada Dieta: Tortilha de legumes e salada Pastosa: Espinafres c/ carne Sobremesa: ERPI/CD - Arroz Doce SAD - Arroz Doce + pêra	Leite/ Café/ Chá/ iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ chouriço	Sopa: Lentilhas Sandes: Pão com fiambre Pastosa: Lentilhas c/ 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: Cebola c/ croutons Prato: Douradinhos com arroz de primavera Dieta: Douradinhos no forno com arroz de primavera Pastosa: Creme de cebola com peixe Sobremesa: ERPI/CD - Laranja SAD - Laranja + maçã	Leite/ Café/ Chá/ iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ fiambre	Sopa: Repolho Sandes: Pão com queijo Pastosa: Repolho c/ carne Sobremesa: ERPI/CD - Pudim (chocolate/baunilha/caramelo)	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
5ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Mortadela	Sopa: Sopa de nabiça Prato: Salada de frango c/ fusili Dieta: Salada de frango c/ fusili Pastosa: Lombardo c/ carne Sobremesa: ERPI/CD - Banana SAD - Banana + maçã assada c/ canela	Leite/ Café/ Chá/ iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ fiambre	Sopa: Macedónia Sandes: Pão com chouriço Pastosa: Creme de alho francês com peixe Sobremesa: ERPI/CD - Maçã assada c/ canela	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
6ª FEIRA	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Queijo fundido	Sopa: Juliana Prato: Pescada à Gomes de Sá e salada Dieta: Pescada à Gomes de Sá e salada Pastosa: Juliana c/ peixe Sobremesa: ERPI/CD - Gelatina SAD - Gelatina + laranja	Leite/ Café/ Chá/ iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ fiambre (ERPI) e doce/marmelada (CD)	Sopa: Tomate c/ ovo escalfado Sandes: Pão com queijo Pastosa: Macedónia c/ 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: Abóbora Prato: Frango c/ cenoura e repolho Dieta: Frango c/ cenoura e repolho Pastosa: Portuguesa c/ frango Sobremesa: ERPI – Mousse SAD - Pêra + pêsego calda	Leite/ Café/ Chá/ iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ doce/marmelada	Sopa: Grão com nabiça Sandes: Pão com fiambre Pastosa: Grão com nabiça e peixe Sobremesa: ERPI - pêsego calda	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
DOMINGO	Leite/ Café/ Chá/ Caldo Paposseco/ Integral c/ Fiambre	Sopa: Feijão -verde Prato: Hambúrguer de vaca com puré batata e salada Dieta: Hambúrguer de vaca com puré batata e salada Pastosa: Feijão-verde e carne Sobremesa: ERPI – Maçã SAD - Maçã e banana	Leite/ Café/ Chá/ iogurte Bolachas/ Paposseco/ Integral c/ queijo	Sopa: Agrião Sandes: Pão com chouriço Pastosa: Abóbora com hortaliça e carne Sobremesa: ERPI - Maçã assada	Leite/ Café/ Chá/ Caldo/ Iogurte Bolacha Maria/ Bolacha Água e sal
ANIVERSÁRIOS		ERPI		CENTRO DIA	
		3 PISO / 30 JULHO / MANUEL BATISTA SANTOS 5 PISO / 30 JULHO / ODÍLIA FRADE 2 PISO / 31 JULHO / ISALTINA ROSA 4 PISO / 02 AGOSTO / VITALINA GROSSO		01 AGOSTO / ANTÓNIO PINHEIRO 01 AGOSTO / M. ODETE FERNANDES	

ITAÚ - 1613536

SCM LOULÉ

L. 1. 6318315

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

ITAÚ:

DATA: 27/7/26

SCMLOULÉ:

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 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