

EMENTA

SAD-DIETA

SEMANA 21 A 27 FEVEREIRO 2022

	Segunda-feira 21 Fevereiro	Terça-feira 22 Fevereiro	Quarta-feira 23 Fevereiro	Quinta-feira 24 Fevereiro	Sexta-feira 25 Fevereiro	Sábado 26 Fevereiro	Domingo 27 Fevereiro
Pequeno-almoço	Leite, Café, Chá ⁷ Pão c/ Manteiga ^{1;7}	Leite, Café, Chá ⁷ Pão c/ Manteiga ^{1;7}	Leite, Café, Chá ⁷ Pão c/ Manteiga ^{1;7}	Leite, Café, Chá ⁷ Pão c/ Manteiga ^{1;7}	Leite, Café, Chá ⁷ Pão c/ Manteiga ^{1;7}	Leite, Café, Chá ⁷ Pão c/ Manteiga ^{1;7}	Leite, Café, Chá ⁷ Pão c/ Manteiga ^{1;7}
Almoço	Sopa de alho francês e cenoura/abrotea* ⁴ Arroz de peixe ⁴ Brócolos cozidos Maçã	Caldo verde ¹² / frango* Carne de porco estufado simples com batata cozida ¹² Salada de alface e Tomate ¹² Laranja	Sopa de grão com espinafres/pescada* ⁴ Pescada cozida com todos ^{3;4} Pera	Sopa de feijão com couve portuguesa/coelho* Coelho no forno ao natural com arroz Primavera Salada de tomate ¹² Maçã	Sopa de couve coração/abrotea* ⁴ Potas estufadas simples e arroz branco ¹⁴ Couve cozida Banana	Sopa de legumes/frango* Jardineira simples de frango Clementina	Sopa de feijão-verde/carne de porco* Lombo de porco no forno ao natural e arroz branco Ervilhas e cenoura cozidas Pudim ^{1;3;7;8}
Lanche	Pão c/ Manteiga ^{1;6} logurte ⁷	Pão c/ Fiambre ^{1;6} Leite c/ Cevada ^{7;1}	Pão c/ Queijo ^{1;7;6} Leite c/Cevada ^{7;1}	Papas de aveia ^{1;7;6;8}	Pão c/ Marmelada ¹ Leite c/ Cevada ^{7;1}	Pão c/ Manteiga ^{1;7} Leite c/ Cevada ^{7;1}	Pão c/ Marmelada ¹ Leite c/ Cevada ^{7;1}

*SOPA ENRIQUECIDA

NOTA: EMENTA PODERÁ ESTA ESTAR SUJEITA A ALTERAÇÃO

DATA DA ELABORAÇÃO: 21 /02/2022 DATA DA AFIXAÇÃO: ___/___/___

EMENTA ELABORADA PELA **NUTRICIONISTA** LINA ROQUE (CP Nº 877N – ORDEM DOS NUTRICIONISTAS) COM A COLABORAÇÃO DA EQUIPA MULTIDISCIPLINAR E MULTISSETORIAL.



“OS PRODUTOS CONFECCIONADOS NESTA INSTITUIÇÃO PODEM CONTER NA SUA FORMULAÇÃO OS SEGUINTE ALERGÉNIOS: 1. GLÚTEN, 2. CRUSTÁCEOS, 3. OVO, 4. PEIXE, 5. AMENDOINS, 6. SOJA, 7. LEITE E DERIVADOS, 8. FRUTOS DE CASCA RIJA, 9. AIPO E DERIVADOS, 10. MOSTARDA E DERIVADOS, 11. SEMENTES DE SÉSAMO, 12. SO2 E SULFITOS, 13. TREMOÇO E 14. MOLUSCOS.”

