

Santa Casa da Misericórdia do Concelho de Oliveira do Bairro

**EMENTA
ERPI (Dieta)**

SEMANA DE 21 A 27 FEVEREIRO DE 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}
Lanche da Manhã	Chá; Bolachas água e sal ¹	Chá; Bolachas Maria ^{1;7;3;6}	Chá; Tostas ¹	Chá; Bolachas Maria ^{1;7;6;3}	Chá; Bolachas água e sal ¹	Chá; Bolachas Maria ^{1;7;6;3}	Chá; Tostas ¹
Almoço	Sopa de alho francês e cenoura/abrótea ^{*4}	Caldo verde ¹² / frango [*]	Sopa de grão com espinafres/pescada ^{*4}	Sopa de feijão com couve portuguesa/coelho [*]	Sopa de couve coração/abrótea ^{*4}	Sopa de legumes/frango [*]	Sopa de feijão-verde/carne de porco [*]
	Arroz de peixe ⁴	Carne de porco estufado simples com batata cozida ¹²	Pescada cozida com todos ^{3;4}	Coelho no forno ao natural com arroz Primavera	Potas estufadas simples e arroz branco ¹⁴	Jardineira simples de frango	Lombo de porco no forno ao natural e arroz branco
	Brócolos cozidos	Salada de alface e Tomate ¹²		Salada de tomate ¹²	Couve cozida		Ervilhas e cenoura cozidas
	Maçã	Laranja	Pera	Maçã	Banana	Clementina	Pudim ^{1;3;7;8}
Lanche da Tarde	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}
Jantar	Sopa de alho francês e cenoura/frango [*]	Caldo verde ¹² /seriolela ^{*4}	Sopa de grão com espinafres/carne de vaca [*]	Sopa de feijão com couve portuguesa/ovo ^{*3}	Sopa de couve coração/peru [*]	Sopa de legumes/abrótea ^{*4}	Sopa de feijão-verde/pescada ^{*4}
	Frango estufado simples, massa e ervilhas cozidas ^{1;3}	Seriolela no forno ao natural com arroz de legumes ⁴ Salada de tomate ¹²	Massa meada com carne de vaca simples e legumes ^{1;3;12} Salada de alface ¹²	Carapau cozido com batata, ovo e nabiças ^{4;3}	Coxa de peru no forno ao natural com esparguete ^{1;3} Salada de alface e cenoura ¹²	Massa com paloco, cenoura e ervilhas ^{1;3;4}	Caldeirada de pescada ⁴ Brócolos cozidos
	Pera	Banana	Clementina	Pera	Maçã	Pera	Banana
Ceia	Chá e Bolachas Maria ^{1;7;3;6}	Chá e tostas ¹	Leite E Bolachas Maria ^{1;7;6;3}	Chá e Tostas ¹	Chá e Bolachas Maria ^{1;7;3;6}	Chá e Tostas ¹	Chá e Bolachas Maria ^{1;7;6;3}

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 CONFECIONADOS 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 RUA, 9.AIPO E DERIVADOS, 10.MOSTARDA E DERIVADOS, 11.SEMENTES DE SÉSAMO, 12.SO2 E SULFITOS, 13.TREMOÇO E 14.MOLUSCOS.”

*SOPA ENRIQUECIDA


