

Santa Casa da Misericórdia do Concelho de Oliveira do Bairro

EMENTA
ERPI (Dieta Diabético)

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	Caldo verde ¹²	Sopa de grão com espinafres	Sopa de feijão com couve portuguesa	Sopa de couve coração	Sopa de legumes	Sopa de feijão- verde
	Arroz de marisco ^{2;4;14}	Rojões com batata cozida ¹²	Pescada cozida com todos ^{3;4}	Coelho no forno com arroz Primavera ¹²	Feijoada de potas com arroz branco ¹⁴	Jardineira de frango ¹²	Lombo de porco no forno com arroz branco ¹²
		Salada de alface e Tomate ¹²		Salada de tomate ¹²	Couve cozida		Ervilhas e cenoura estufadas
	Maçã	Laranja	Pera	Maçã	Pera	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/ Manteiga ^{1;7} Leite c/ Cevada ^{7;1}	Pão c/ Manteiga ^{1;7} Leite c/ Cevada ^{7;1}	Pão c/ Manteiga ^{1;7} Leite c/ Cevada ^{7;1}
Jantar	Sopa de alho francês e cenoura	Caldo verde ¹²	Sopa de grão com espinafres	Sopa de feijão com couve portuguesa	Sopa de couve coração	Sopa de legumes	Sopa de feijão- verde
	Frango estufado massa e ervilhas cozidas ^{12;1;3}	Serirolela no forno com arroz de legumes ⁴ Salada de tomate ¹²	Massa meada com carne de vaca e legumes ^{1;3;12} Salada de alface ¹²	Carapau cozido com batata, ovo e nabiças ^{4;3}	Coxa de peru no forno com esparguete ^{1;3;12} Salada de alface e cenoura ¹²	Massa com paloco, cenoura e ervilhas ^{1;3;4}	Caldeirada de pescada ⁴ Brócolos cozidos
	Pera	Maçã	Clementina	Pera	Maçã	Pera	Maçã
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 RIJA, 9.AIPO E DERIVADOS, 10.MOSTARDA E DERIVADOS, 11.SEMENTES DE SÉSAMO, 12.SO2 E SULFITOS, 13.TREMOÇO E 14.MOLUSCOS.”


