

Santa Casa da Misericórdia do Concelho de Oliveira do Bairro

EMENTA
ERPI (Dieta Mole)

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 abrótea desfeita ⁴	Carne de porco picado e batata cozida ¹²	Pescada desfeita, batata, ovo e couves ^{3;4}	Coelho picado com arroz Primavera	Abrótea desfeita com arroz branco ⁴	Frango picado, batata, cenoura e feijão-verde	Lombo de porco picado com arroz branco
	Brócolos cozidos	Couve cozida	Couve cozida	Salada de tomate ¹²	Couve cozida	Feijão-verde cozido	Ervilhas e cenoura cozidas
	Maçã/Maçã assada	Laranja/Pera assada	Pera/Pera assada	Maçã/Maçã assada	Banana/Pera assada	Clementina/Maçã assada	Pera/ Pera assada
Lanche da Tarde	Papa de iogurte c/ bolacha e fruta ^{1;3;6;7}	Nestum ^{1;6;7}	Papa de pão c/ leite e cevada ^{1;7;6}	Papas de aveia ^{1;7;6;9}	Papa de iogurte c/ bolacha e fruta ^{1;3;6;7}	Cerelac ^{1;6;7}	Papa de pão c/ leite e cevada ^{1;7;6}
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 picado, massa e puré de ervilhas cozidas ^{1;3}	Seriolela desfeita com arroz de legumes ⁴	Carne de vaca picada, massa, cenoura e puré de ervilhas ^{1;3}	Carapau desfeito, batata, ovo e nabiças ^{4;3}	Coxa de peru picada e massa ^{1;3} Couve cozida	Massa com abrótea desfeita, cenoura e ervilhas ^{1;3;4}	Pescada desfeita, batata e Brócolos cozidos ⁴
	Pera/Pera assada	Banana/Maçã assada	Clementina/Maçã assada	Pera/Pera assada	Maçã/Maçã assada	Pera/Pera assada	Banana/Maçã assada
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.

*SOPA ENRIQUECIDA

"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

