



EMENTA SEMANAL



15 a 21 de Setembro 2025		
Almoço	Segunda-feira	Jantar
Sopa de hortalíça /sopa de dieta Carne de porco alentejana Carne estufada simples c/batata cozida	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortalíça /sopa de dieta Pescada gratinada Pescada gratinada
Almoço	Terça-feira	Jantar
Sopa de hortalíça /sopa de dieta Massada de bacalhau Massada de bacalhau simples	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortalíça /sopa de dieta Frango á Brás Frango cozido c/ batata assada
Almoço	Quarta-feira	Jantar
Sopa legumes / sopa de dieta Jacobs no forno c/ esparguete Vitela estufada simples c/ esparguete Arroz de pato simples	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortalíça /sopa de dieta Ovos verdes c/ arroz de tomate Ovo cozido c/ batata acozida
Almoço	Quinta-feira	Jantar
Sopa de repolho / sopa de dieta Filetes de salmão no forno c/ puré de batata Filetes de salmão no forno c/ puré de batata	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortalíça /sopa de dieta Carapau frito c/ açorda de tomate Carapau assado c/ batata cozida
Almoço	Sexta-feira	Jantar
Sopa de hortalíça /sopa de dieta Feijoada Febra de porco estufada c/arroz	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortalíça /sopa de dieta Frango assado c/ massa Frango assado c/ massa
Almoço	Sábado	Jantar
Sopa de hortalíça /sopa de dieta Arroz de tamboril Arroz de tamboril simples	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortalíça /sopa de dieta Entrecosto cozido c / batata cozida Entrecosto cozido c / batata cozida
Almoço	Domingo	Jantar
Sopa de hortalíça /sopa de dieta Bife de porco estufado c/ esparguete Bife de porco estufado simples c/ esparguete	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortalíça /sopa de dieta Jardineira Jardineira simples
Sobremesa	Todas refeições são acompanhadas Fruta da época / fruta cozida /Batido de Fruta	

Símbolos Alergénicos													
Contém glúten	Crustáceos	Ovos	Peixe	Amendoim	Soja	Lacticínios	Aipo	Mostarda	Sementes de Sésamo	Dióxido de Enxofre e Sulfitos	Moluscos	Tremoços	Nozes

Pequeno-almoço*: café preto c/s açúcar; chá preto c/s açúcar; chá de ervas c/s açúcar; doce; leite; leite magro; leite com café c/s açúcar; manteiga; Nestum®; pão integral; papo-seco; queijo. **Lanche*:** café preto c/s açúcar; chá preto c/s açúcar; chá de ervas c/s açúcar; doce; fiambre; leite; leite magro; leite com café c/s açúcar; manteiga; marmelada; Nestum®; paio; pão integral; papo-seco; queijo. **Ceia*:** bolacha de água e sal; bolacha Maria café preto c/s açúcar; chá preto c/

O Presidente da Direcção:

Dr. Joaquim Pereira

O Chefe de Cozinha:

Rui Pereira