



EMENTA SEMANAL



22 a 28 de DEZEMBRO 2025

Almoço	Segunda-feira	Jantar
Sopa de hortalíça /sopa de dieta Arroz de tentáculos de potas Filetes no forno c/ arroz de cenoura	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortalíça /sopa de dieta Bife de frango estufado c/ esparguete Bife de frango estufado simples c/ esparguete
Almoço	Terça-feira	Jantar
Sopa de hortalíça /sopa de dieta Lombo porco assado c/ puré Lombo porco assado c/ puré	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortalíça /sopa de dieta Arroz de Tamboril Arroz simples de tamboril
Almoço	Quarta-feira	Jantar
Sopa legumes / sopa de dieta Frango assado c/ esparguete Frango assado simples c/ esparguete	Sopa Geral Dieta	Sopa de legumes /sopa de dieta Bacalhau cozido c/ batata e hortalíça Bacalhau cozido c/ batata e hortalíça
Almoço	Quinta-feira	Jantar
Sopa de legumes / sopa de dieta Chanfana c/ batata cozida Chanfana simples c/ batata cozida	Sopa Geral Dieta	Sopa de legumes /sopa de dieta Peru assado c/ arroz Peru assado c/ arroz
Almoço	Sexta-feira	Jantar
Sopa de hortalíça /sopa de dieta Salmão no forno c/ puré Salmão no forno c/ puré	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortalíça /sopa de dieta Empadão de vitela Empadão de vitela
Almoço	Sábado	Jantar
Sopa de hortalíça /sopa de dieta Vitela estufada c/ esparguete Vitela estufada simples c/ esparguete	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortalíça /sopa de dieta Abrotea cozida c/ batata cozida Abrotea cozida c/ batata
Almoço	Domingo	Jantar
Sopa de hortalíça /sopa de dieta Medalhões de pescada c/ arroz de grelos Medalhões de pescada c/ arroz	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 Alergênicos

Contém glúten	Crustáceos	Ovos	Peixe	Amendoim	Soja	Lactínios	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 Direção:

Dr. Joaquim pereira

O Chefe de Cozinha:

Rui Pereira