



## EMENTA SEMANAL

25 a 31 de Maio 2026		
Almoço	Segunda-feira	Jantar
Sopa de hortaliça /sopa de dieta Bacalhau assado c/ batata a murro Bacalhau assado c/ batata a cozida	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortaliça /sopa de dieta Empadão de vitela Empadão de vitela
Almoço	Terça-feira	Jantar
Sopa de hortaliça /sopa de dieta Panela no forno Vitela estufada simples c/ esparguete <sup>1</sup>	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortaliça /sopa de dieta Arroz de bacalhau <sup>4</sup> Arroz simples de bacalhau <sup>4</sup>
Almoço	Quarta-feira	Jantar
Sopa legumes / sopa de dieta Carapau assado c/ batata cozida <sup>4</sup> Carapau assado c/ batata cozida <sup>4</sup>	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortaliça /sopa de dieta Perna de peru assada c/ esparguete <sup>1</sup> Perna de peru assada simples c/ esparguete <sup>1</sup>
Almoço	Quinta-feira	Jantar
Sopa de hortaliça /sopa de dieta Roti de porco assado c/ esparguete <sup>1</sup> Roti de porco assado c/ esparguete <sup>1</sup>	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortaliça /sopa de dieta Abrótea cozida c/ batata <sup>4</sup> Abrótea cozida c/ batata <sup>4</sup>
Almoço	Sexta-feira	Jantar
Sopa de repolho / sopa de dieta Pescada panada no forno c/ arroz de feijão <sup>4</sup> Pescada panada no forno c/ arroz de feijão <sup>4</sup>	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortaliça /sopa de dieta Ovos mexidos c/ açorda <sup>3</sup> Ovo cozido c/ batata cozida <sup>3</sup>
Almoço	Sábado	Jantar
Sopa de hortaliça /sopa de dieta Carne de porco à Portuguesa Carne de porco estufada simples c/ macarrão <sup>1</sup>	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortaliça /sopa de dieta Arroz de pato Arroz de pato
Almoço	Domingo	Jantar
Sopa de hortaliça /sopa de dieta Pastéis de bacalhau c/arroz de tomate <sup>4</sup> Redfish assado c/ batata assada <sup>4</sup>	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortaliça /sopa de dieta Frango estufado c/ esparguete <sup>1</sup> Frango assado simples c/ esparguete <sup>1</sup>
<b>Sobremesa</b>	Todas refeições são acompanhadas por /Fruta da época / fruta cozida /Batido de Fruta / o Doce Todas refeições são acompanhadas por hortaliças as saladas conforme a confeção de prato Todas refeições têm sopa geral / canja / sopa passada com proteína (ovo, peixe, carne) Dietas específicas as personalizadas são feitas pelo serviço de enfermagem c/ conhecimento do chef de cozinha	

Símbolos Alergénicos													
Contém glúten <sup>1</sup>	Crustáceos <sup>2</sup>	Ovos <sup>3</sup>	Peixe <sup>4</sup>	Amendoim <sup>5</sup>	Soja <sup>6</sup>	Lactínios <sup>7</sup>	Aipo <sup>8</sup>	Mostarda <sup>9</sup>	Sementes de Sésamo <sup>10</sup>	Dióxido de Enxofre e Sulfitos <sup>11</sup>	Moluscos <sup>12</sup>	Tremoços <sup>13</sup>	Nozes <sup>14</sup>

**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/s açúcar; chá de ervas c/s açúcar; doce; fruta da época; iogurte natural e aromas; leite; leite magro; leite com café c/s açúcar; manteiga; Nestum®; pão integral; papo-seco; queijo. \* Adaptado à dieta **NOTA: A refeição do jantar em SAD corresponde à ementa do almoço.** **NOTA ementa sujeita alterações.**

O Presidente da Direcção:  
  
Dr. Joaquim Pereira

O Chefe de Cozinha:

Rui Pereira