



# EMENTA SEMANAL



**20 a 26 de Abril 2026**

Almoço	Segunda-feira	Jantar
Sopa de hortalíça /sopa de dieta Bacalhau panado no forno c/ feijão frade Bacalhau panado no forno /arroz de cenoura	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortalíça /sopa de dieta Empadão de vitela 3 7 Empadão de vitela 1 7
Almoço	Terça-feira	Jantar
Sopa de hortalíça /sopa de dieta Entremeada c/ batata a murro Vitela estufada simples c/ esparguete 1	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortalíça /sopa de dieta Arroz de bacalhau 1 4 Arroz simples de bacalhau 1 4
Almoço	Quarta-feira	Jantar
Sopa legumes / sopa de dieta Carapau assado c/ batata cozida 4 Carapau assado c/ batata cozida 4	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortalíça /sopa de dieta Perna de peru assada c/ esparguete 1 Perna de peru assada simples c/ esparguete 1
Almoço	Quinta-feira	Jantar
Sopa de hortalíça /sopa de dieta Coelho estufado c/ puré 7 Frango assado c/ puré 7	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortalíça /sopa de dieta Abrotea cozida c/ batata 4 Abrotea cozida c/ batata 4
Almoço	Sexta-feira	Jantar
Sopa de repolho / sopa de dieta Pescada panada no forno c/ arroz de feijão 4 Pescada panada no forno c/ arroz de feijão 4	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortalíça /sopa de dieta Ovos mexidos c/ açorda 3 7 Ovo cozido c/ batata cozida 3
Almoço	Sábado	Jantar
Sopa de hortalíça /sopa de dieta Carne de porco à Portuguesa Carne de porco estufada simples c/ macarrão	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortalíça /sopa de dieta Arroz de pato Arroz de pato
Almoço	Domingo	Jantar
Sopa de hortalíça /sopa de dieta Bacalhau cozido c/ grão 4 Bacalhau cozido c/ batata cozida 4	Sopa Geral Dieta	Sopa de hortalíça /sopa de dieta Frango estufado c/ esparguete 1 Frango assado simples c/ esparguete 1
<b>Sobremesa</b>	Todas refeições são acompanhadas por /Fruta da época / fruta cozida /Batido de Fruta / o Doce Todas refeições são acompanhadas por hortalíças o saladas conforme a confeção de prato Todas refeições tem sopa geral / canja / sopa passada com proteína (ovo ,peixe ,carne ) Dietas específicas o personalizadas são feitas pelo serviço de enfermagem c/ conhecimento do chef de cozinha	

## Símbolos Alergênicos

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 Chef de Cozinha:

Rui Pereira