



Centro Social Paroquial
de S. João de Deus

Ementa Semanal

ERPI- LAR S. JOÃO DE DEUS

06 a 12 de Setembro	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado	Domingo
Pequeno-almoço	leite com café (1,7) Pão com manteiga (1,7)	Chá de camomila (1) Pão com manteiga (1,7)	leite com café (1,7) Pão com manteiga (1,7)	Chá de camomila (1) Pão com manteiga (1,7)	Chá de camomila (1) Pão com manteiga (1,7)	leite com café (1,7) Pão com manteiga (1,7)	Chá de camomila (1) Pão com manteiga (1,7)
Almoço	Creme ervilha Empadão de vitela (3,7) gelatina	Sopa menistrone salada fria de frango com massa de laços (1,3,7) Maçã cozida	Sopa de legumes Salada de salmão com grão (4) Banana	Creme de cenoura Hamburguer de aves no forno com arroz (1,3,7,12) gelatina	Sopa de espinafres Bacalhau á gomes de sá (3,4) maçã assada	Canja de galinha (1,3,6,8) Almondegas estufadas com esparguete (1,3,7) puré de frutas	creme de abóbora Empadão de vitela (3,7) arroz doce (3,7)
Lanche	Cevada (1) Pão com manteiga (1,7)	leite (7) bolachas (1,7,6,12,11)	Chá de camomila (1) Bolo (1, 3,7)	chocolate quente Pão com manteiga (1,7)	cevada (1) Pão com doce	Chá de camomila (1) bolachas (1,7,6,12,11)	leite com cevada (1,7) Pão com queijo (1,3,7)
Jantar	Creme ervilha maçã	Sopa menistrone Gelatina	Sopa de legumes Gelatina	Creme de cenoura Gelatina	Sopa de espinafres Gelatina	Canja de galinha (1,3,6,8) fruta passada	Sopa de legumes Gelatina
Ceia	Cevada (1)	Chá de camomila (1)	Chá de camomila (1)	Leite com Cevada (1,7)	Chá de camomila (1) bolachas (1,5,6,7,11,14)	Leite com Cevada (1) Pão com manteiga (1, 7)	Chá de camomila (1) bolachas (1,5,6,7,11,14)

LEGENDA DOS 14 ALERGÉNICOS DE DECLARAÇÃO OBRIGATÓRIA



Nota: Por motivos imprevistos a ementa afixada poderá sofrer alterações.
Ementa elaborada pela nutricionista Dra Tânia Oliveira