



Centro Social Paroquial  
de S. João de Deus

# Ementa Semanal

## ERPI- LAR S. JOÃO DE DEUS

30 de Agosto a 05 de Setembro	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado	Domingo
<b>Pequeno-almoço</b>	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)
<b>Almoço</b>	Sopa de feijão verde  Filetes de pescada à florentina (4)  Gelado (7,8)	Creme de legumes  Cihili de feijão preto (12)  Maçã cozida	Sopa menistorne  Caldeirada de pota (4)  Gelatina	Sopa de espinafres  Bacalhau à brás(3,4)  Gelado (7,8)	Sopa de couve-flor com cenoura  fatia de Perna de porco estufada com esparguete (1,3,7)  Melão	Canja de galinha (1,3,6,8)  Hamburguer de aves de cebolada com arroz de grelos (1,3,7,12)  Arroz doce (3,7)	Sopa de legumes  Douradinhos de frango com cuscus com ervilha e cenoura salteados(1,3,4,7)  Semifrio de Gelatina(7)
<b>Lanche</b>	logurte (7) Pão com manteiga (1,7)	leite com cevada bolachas (1,7,6,12,11)	logurte (7) Pão com manteiga (1,7)	leite com cevada (1,7) Pão com queijo (1,3,7)	iogurte (7) Pão com manteiga (1,7)	Chá de camomila (1) Pão com manteiga (1,7)	leite com cevada (1,7) Pão com queijo (1,3,7)
<b>Jantar</b>	Sopa de feijão verde  maçã	Creme de legumes  Gelatina	Sopa menistorne  Gelatina	Sopa de espinafres  Gelatina	Sopa de couve-flor com cenoura  Gelatina	Canja de galinha (1,3,6,8)  Gelatina	Sopa de legumes  Gelatina
<b>Ceia</b>	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