

## EMENTA 6 - DIETA LIGEIRA



SANTA CASA DA  
MISERICÓRDIA DE  
PONTE DE LIMA

ERPI CÓNEGO CORREIA

CENTRO COMUNITÁRIO DE ARCOZELO: ERPI - CENTRO DE DIA - ULDM

DE 16 A 22 DE maio DE 2022

Visto

12 / 05 / 22

O Provedor,

### Segunda - feira

**Pequeno-Almoço:** Leite Simples ou Chá ou Cevada ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Manteiga

**Almoço:** Creme de Tomate com alho francês + Peixe cozido com batatas e feijão-verde + Fruta

**Lanche:** Leite Simples ou Chá ou Cevada ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Queijo

**Jantar:** Sopa de Curgete + Maçã

**Ceia:** Leite Simples ou Chá ou Cevada ou Mistura + Bolachas

### Terça - feira

**Pequeno-Almoço:** Leite Simples ou Chá ou Cevada ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Manteiga

**Almoço:** Sopa de Legumes + Ovos escalfados com arroz de legumes + Fruta

**Lanche:** Leite Simples ou Chá ou Cevada ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Doce

**Jantar:** Sopa de Bróculos com Frango + Salada de Fruta

**Ceia:** Leite Simples ou Chá ou Cevada ou Mistura + Bolachas

### Quarta - feira

**Pequeno-Almoço:** Leite Simples ou Chá ou Cevada ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Manteiga

**Almoço:** Sopa de couve-flor + Bife de peru cozido com massa e couve-de-bruxelas + Fruta

**Lanche:** Leite Simples ou Chá ou Cevada ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Fiambre

**Jantar:** Sopa de Cenoura + Pera Assada

**Ceia:** Leite Simples ou Chá ou Cevada ou Mistura + Bolachas

### Quinta - feira

**Pequeno-Almoço:** Leite Simples ou Chá ou Cevada ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Manteiga

**Almoço:** Sopa de feijão + frango cozido com batata e legumes + Fruta

**Lanche:** Leite Simples ou Chá ou Cevada ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Marmelada

**Jantar:** Sopa de Repolho com Perú + Gelatina

**Ceia:** Leite Simples ou Chá ou Cevada ou Mistura + Bolachas

### Sexta - feira

**Pequeno-Almoço:** Leite Simples ou Chá ou Cevada ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Manteiga

**Almoço:** Creme de bróculos com couve branca + Rojões com arroz e tomates às fatias + Fruta

**Lanche:** Leite Simples ou Chá ou Cevada ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Fiambre

**Jantar:** Sopa de Grão com Pescada + Fruta

**Ceia:** Leite Simples ou Chá ou Cevada ou Mistura + Bolachas

### Sábado

**Pequeno-Almoço:** Leite Simples ou Chá ou Cevada ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Queijo

**Almoço:** Sopa de Feijão-Verde + Batata cozida com bacalhau e legumes + Fruta

**Lanche:** Leite Simples ou Chá ou Cevada ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Manteiga

**Jantar:** Sopa de Couve-Flor e Vitela + Maçã Cozida

**Ceia:** Leite Simples ou Chá ou Cevada ou Mistura + Bolachas

### Domingo

**Pequeno-Almoço:** Leite Simples ou Chá ou Cevada ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Manteiga

**Almoço:** Sopa de Penca + Lombo estufado com batata estufada arroz e salada de alface + Fruta

**Lanche:** 1 iogurte + Pão Simples ou Pão com Fiambre

**Jantar:** Macedónia de Legumes + Fruta

**Ceia:** Leite Simples ou Chá ou Cevada ou Mistura + Bolachas