

## EMENTA 2 - LIGEIRA



SANTA CASA DA  
MISERICÓRDIA DE  
PONTE DE LIMA

**ERPI CÓNEGO CORREIA**

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

**DE 20 A 26 DE abril DE 2026**

Visto

17/04/26

O Provedor,

### Segunda - feira

**Pequeno-Almoço:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Manteiga Magra<sup>1/3/6/7/8/11/12</sup>

**Almoço:** Creme de Couve-Flor + Bacalhau lascado com batata cozida e repolho cozido + Maçã<sup>4</sup>

**Lanche:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Queijo<sup>1/3/6/7/8/11/12</sup>

**Jantar:** Sopa de Nabo e Vitela + Pera assada

**Ceia:** Leite Magro Simples ou Infusão ou Mistura + Bolachas<sup>1/3/5/6/7/8/11</sup>

### Terça - feira

**Pequeno-Almoço:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Queijo<sup>1/3/6/7/8/11/12</sup>

**Almoço:** Sopa de Coração + Bife de frango estufado com esparguete e couve branca cozida + Banana<sup>1/3</sup>

**Lanche:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Doce<sup>1/3/6/7/8/11/12</sup>

**Jantar:** Sopa de Feijão-verde e Solha + Maçã assada<sup>4</sup>

**Ceia:** Leite Magro Simples ou Infusão ou Mistura + Bolachas<sup>1/3/5/6/7/8/11</sup>

### Quarta - feira

**Pequeno-Almoço:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Manteiga Magra<sup>1/3/6/7/8/11/12</sup>

**Almoço:** Sopa de Alho-Francês + Filetes de pescada estufados com arroz de cenoura e couve-flor cozida + Pera<sup>4</sup>

**Lanche:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Queijo<sup>1/3/6/7/8/11/12</sup>

**Jantar:** Sopa de Cenoura e Frango + Banana

**Ceia:** Leite Magro Simples ou Infusão ou Mistura + Bolachas<sup>1/3/5/6/7/8/11</sup>

### Quinta - feira

**Pequeno-Almoço:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Manteiga Magra<sup>1/3/6/7/8/11/12</sup>

**Almoço:** Creme de Abóbora + Carne de vaca esufada com macarrão e cenoura cozida + Pera<sup>1/3</sup>

**Lanche:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Marmelada<sup>1/3/6/7/8/11/12</sup>

**Jantar:** Sopa de Curgete e Abrótea + Maçã<sup>4</sup>

**Ceia:** Leite Magro Simples ou Infusão ou Mistura + Bolachas<sup>1/3/5/6/7/8/11</sup>

### Sexta - feira

**Pequeno-Almoço:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Manteiga Magra<sup>1/3/6/7/8/11/12</sup>

**Almoço:** Sopa de Nabo + Peixe vermelho estufado com batata cozida e brócolos cozidos + Melão<sup>4</sup>

**Lanche:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Queijo<sup>1/3/6/7/8/11/12</sup>

**Jantar:** Sopa de Cenoura com Vitela + Pêssego

**Ceia:** Leite Magro Simples ou Infusão ou Mistura + Bolachas<sup>1/3/5/6/7/8/11</sup>

### Sábado

**Pequeno-Almoço:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Manteiga Magra<sup>1/3/6/7/8/11/12</sup>

**Almoço:** Sopa de Penca + Caldeirada de pescada com legumes com batatas cozidas + Pera<sup>4</sup>

**Lanche:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Doce<sup>1/3/6/7/8/11/12</sup>

**Jantar:** Sopa de Tomate e Peru + Banana

**Ceia:** Leite Magro Simples ou Infusão ou Mistura + Bolachas<sup>1/3/5/6/7/8/11</sup>

### Domingo

**Pequeno-Almoço:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Manteiga Magra<sup>1/3/6/7/8/11/12</sup>

**Almoço:** Caldo verde + Coxa de peru assada com batata, arroz branca e salada de tomate + Maçã<sup>12</sup>

**Lanche:** 1 logurte + Pão Simples ou Pão com Queijo<sup>1/3/6/7/8/11/12</sup>

**Jantar:** Sopa de Brócolos e Lentilhas e Abrótea + logurte com gelatina<sup>4/7</sup>

**Ceia:** Leite Magro Simples ou Infusão ou Mistura + Bolachas<sup>1/3/5/6/7/8/11</sup>