

EMENTA 3 - LIGEIRASANTA CASA DA
MISERICÓRDIA DE
PONTE DE LIMA**ERPI CÓNEGO CORREIA****CENTRO COMUNITÁRIO DE ARCOZELO: ERPI - CENTRO DE DIA - ULDM****DE 22 A 28 DE junho DE 2026**

Visto

17/06/26

O Provedor,

Segunda - feira**Pequeno-Almoço:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Manteiga Magra^{1/3/6/7/8/11/12}**Almoço:** Sopa de Cenoura + Ovos escalfados com arroz branco e repolho e cenoura cozida + Maçã³**Lanche:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Queijo^{1/3/6/7/8/11/12}**Jantar:** Sopa de Abóbora com Frango + Pera assada**Ceia:** Leite Magro Simples ou Infusão ou Mistura + Bolachas^{1/3/5/6/7/8/11}**Terça - feira****Pequeno-Almoço:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Manteiga Magra^{1/3/6/7/8/11/12}**Almoço:** Sopa de Couve-flor + Peito de peru assado com esparguete e brócolos cozidos + Banana^{1/3}**Lanche:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Doce^{1/3/6/7/8/11/12}**Jantar:** Sopa de Couve com Salmão + Maçã assada⁴**Ceia:** Leite Magro Simples ou Infusão ou Mistura + Bolachas^{1/3/5/6/7/8/11}**Quarta - feira****Pequeno-Almoço:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Manteiga Magra^{1/3/6/7/8/11/12}**Almoço:** Sopa de Legumes + SARDINHADA + Pera^{4/7}**Lanche:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Queijo^{1/3/6/7/8/11/12}**Jantar:** Sopa de Cenoura e Vitela + Banana**Ceia:** Leite Magro Simples ou Infusão ou Mistura + Bolachas^{1/3/5/6/7/8/11}**Quinta - feira****Pequeno-Almoço:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Manteiga Magra^{1/3/6/7/8/11/12}**Almoço:** Sopa de Brócolos + Rojões de porco ao natural com arroz branco e couve branca cozida + Pera**Lanche:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Marmelada^{1/3/6/7/8/11/12}**Jantar:** Sopa de Curgete com Pescada + Maçã⁴**Ceia:** Leite Magro Simples ou Infusão ou Mistura + Bolachas^{1/3/5/6/7/8/11}**Sexta - feira****Pequeno-Almoço:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Manteiga Magra^{1/3/6/7/8/11/12}**Almoço:** Sopa de Alho-francês + Filetes de pescada estufados com massa e repolho cozido + Morangos^{1/3/4/6/7/10}**Lanche:** Leite Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Queijo^{1/3/6/7/8/11/12}**Jantar:** Sopa de Couve Portuguesa e Peru + Pêssego**Ceia:** Leite Magro Simples ou Infusão ou Mistura + Bolachas^{1/3/5/6/7/8/11}**Sábado****Pequeno-Almoço:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Manteiga Magra^{1/3/6/7/8/11/12}**Almoço:** Juliana de Legumes + Salada de atum, ovo, batata e cenoura cozida + Maçã^{3/4}**Lanche:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Doce^{1/3/6/7/8/11/12}**Jantar:** Sopa de Nabo com Vitela + Banana**Ceia:** Leite Simples ou Infusão ou Mistura + Bolachas^{1/3/5/6/7/8/11}**Domingo****Pequeno-Almoço:** Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Manteiga Magra^{1/3/6/7/8/11/12}**Almoço:** Canja + Coelho estufado com arroz branco, batata assada e couve cozida + Pera**Lanche:** 1 logurte + Pão simples ou Pão com Queijo^{1/3/6/7/8/11/12}**Jantar:** Sopa de Couve-lombarda com Cavala + Maçã assada⁴**Ceia:** Leite Simples ou Infusão ou Mistura + Bolachas^{1/3/5/6/7/8/11}