



**EMENTA 4 - GERAL / SEM SAL**

**ERPI CÓNEGO CORREIA**

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

**DE 29 DE junho A 05 DE julho DE 2026**

Visto

26/06/26

O Provedor,

**Segunda - feira**

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

**Almoço:** Sopa de Nabijas + Perna de frango estufada com ervilhas e batatinha assada + Pera

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

**Jantar:** Sopa de Repolho com Peixe Vermelho + Maçã Assada<sup>4</sup>

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

**Terça - feira**

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

**Almoço:** Sopa de Alho-francês + Massa estufada com abrótea, feijão-verde e cenoura + Pêssego<sup>1/3/4</sup>

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

**Jantar:** Sopa de Cenoura com Vitela + Pera assada

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

**Quarta - feira**

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

**Almoço:** Sopa de Penca + Panados de frango com arroz de feijão e salada de pepino e tomate + Maçã<sup>1/3/6/7/8/11/12</sup>

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

**Jantar:** Sopa de Abóbora e Salmão + Banana<sup>4</sup>

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

**Quinta - feira**

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

**Almoço:** Creme de Ervilhas com Repolho + Carapau assado com batata corada e brócolos cozidos + Laranja<sup>4</sup>

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

**Jantar:** Sopa de Couve branca e Frango + Pera assada com canela

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

**Sexta - feira**

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

**Almoço:** Sopa de Curgete + Peito de peru estufado com arroz branco e salada de alface e tomate + Melão<sup>12</sup>

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

**Jantar:** Sopa de Grão e Pescada + Mousse de chocolate<sup>3/6/7/8</sup>

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

**Sábado**

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

**Almoço:** Sopa de Legumes + Pescada estufada com batata e couve-flor cozida + Pera<sup>3/4/12</sup>

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

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

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

**Domingo**

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

**Almoço:** Canja + Carne de vaca estufada com batata assada, arroz branco e salada de alface e tomate + Maçã<sup>12</sup>

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

**Jantar:** Sopa de Couve-flor e Abrótea + Iogurte com gelatina<sup>4/7</sup>

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