

ERPI CÓNEGO CORREIA

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

DE 06 A 12 DE julho DE 2026

Visto

3 / 07 / 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: Creme de Cenoura + Bacalhau lascado com batata cozida e couve-flor cozida + Maçã⁴

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 Vitela + Pera

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 Nabo + Vitela assada com arroz branco e repolho cozido + Banana

Lanche: Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Doce^{1/3/6/7/8/11/12}

Jantar: Sopa de Agrião com Pescada + Maçã e Canela⁴

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 Coração + Pescada estufada com batata cozida e couve branca cozida + Pera⁴

Lanche: Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Queijo^{1/3/6/7/8/11/12}

Jantar: Sopa de Feijão-verde com Peru + 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 Legumes + Frango assado com esparguete e cenoura cozida + Maçã^{1/3}

Lanche: Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Marmelada^{1/3/6/7/8/11/12}

Jantar: Sopa de Abóbora com Abrótea + Pera assada⁴

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: Creme de Alho-francês + Caldeirada de pescada com batata e cenoura cozida + Morangos⁴

Lanche: Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Doce^{1/3/6/7/8/11/12}

Jantar: Sopa de Brócolos com Frango + 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: Sopa de Tomate + Lombo de porco estufado ao natural com arroz branco e repolho cozido + Maçã

Lanche: Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Queijo^{1/3/6/7/8/11/12}

Jantar: Sopa de Alface com Cavala + Banana⁴

Ceia: Leite Magro 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 + Bacalhau estufado com batata assada, arroz branco e brócolos cozidos + Pera⁴

Lanche: 1 iogurte + Pão Simples ou Pão com Marmelada^{1/3/6/7/8/11/12}

Jantar: Sopa de Cenoura com Peru + Maçã assada

Ceia: Leite Magro Simples ou Infusão ou Mistura + Marmelada^{1/3/5/6/7/8/11}