

EMENTA 1 - LIGEIRA



SANTA CASA DA
MISERICÓRDIA DE
PONTE DE LIMA

ERPI CÓNEGO CORREIA

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

Visto

28/08/26

O Provedor,

DE 31 DE agosto A 06 DE setembro DE 2026

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 Juliana + Bife de peru estufado com arroz branco e feijão-verde cozido + Pera

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

Jantar: Sopa de Curgete e Peixe Vermelho + Maçã⁴

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 Queijo^{1/3/6/7/8/11/12}

Almoço: Sopa de Legumes + Solha assada com batata e brócolos cozidos + Banana⁴

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

Jantar: Sopa de Couve Coração e Vitela + Pera

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 Feijão-verde + Peito de frango desfiado com batata e cenoura cozida + Maçã

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

Jantar: Macedónia Legumes e Abrótea + Banana⁴

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: Creme de Abóbora + Arroz de abrótea com repolho cozido + Pera⁴

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

Jantar: Sopa de Nabo e Peru + Maçã

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 Repolho + Carne de vaca estufada ao natural com massa e couve branca cozida + Banana^{1/3}

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 com Pescada + Pêssego⁴

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 Feijão-verde + Pescada e ovo cozido com batata assada e couve-flor 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 Repolho e Frango + Pera

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 Doce^{1/3/6/7/8/11/12}

Almoço: Canja + Cabrito estufado ao natural com batata assada, arroz cozido e cenoura cozida + Fruta

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

Jantar: Sopa de Couve-flor e Salmão + Maçã Assada⁴

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