SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE PONTE DE LIMA

EMENTA 6 - LIGEIRA

Visto
25/11/26
O Provedor,

ERPI CÓNEGO CORREIA

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

DE 30 DE novembro A 06 DE dezembro 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 de Nabo + Ovos escalfados com arroz de cenoura + Pera[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 Curgete com Pescada + Puré de Maçã e Canela[4]
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 Legumes + Caldeirada de pescada com batata e brócolos + Banana[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 Brócolos com 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: Creme de Legumes + Vaca estufada com massa cotovelos e brócolos cozidos + Maçã[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 Abrótea + Banana[4]
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 Couve-flor + Arroz de bacalhau com couve branca + Pêssego[4]
Lanche: Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Marmelada[1,3,6,7,8,11,12]
Jantar: Sopa de Repolho com Frango + Pera
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 Brócolos + Moelas estufadas com batata cozida e cenoura cozida + Melão[12]
Lanche: Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Doce[1,3,6,7,8,11,12]
Jantar: Sopa de Alho-francês com Salmão + Pêssego[4]
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 assada com arroz branco e repolho cozido + Maçã[4]
Lanche: Leite Magro Simples ou Chá ou Mistura + Pão Simples ou Pão com Manteiga Queijo[1,3,6,7,8,11,12]
Jantar: Sopa de Couve-flor e Peru + Banana
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: Sopa de Coração + Lombo de porco estufado com batata, arroz branco e couve-flor cozida + Pera
Lanche: 1 Iogurte + Pão Simples ou Pão com Marmelada[1,3,6,7,8,11,12]
Jantar: Sopa de Legumes com Peixe vermelho + Maçã assada[4]
Ceia: Leite Magro Simples ou Infusão ou Mistura + Bolachas[1,3,5,6,7,8,11]