

EMENTA SEMANAL
Centro Dia, ERPI e SAD

Ementa nº 1

De: 13 a 19/07/2026

		Sopa	Prato	Sobremesa
2.ª feira	PEQUENO ALMOÇO	Café/ leite/ chá com pão com manteiga		
	ALMOÇO	Couve	Normal: Esparguete à Bolonhesa com salada de tomate Dieta: Bife de frango grelhado com esparguete e cenouras cozidas	Banana
	LANCHE	Café/ leite/ chá com pão com fiambre		
	JANTAR	Couve	Normal: Redfish com batata e cenoura cozidos e salada de alface Dieta: Igual	Pêra cozida
3.ª feira	PEQUENO ALMOÇO	Café/ leite/ chá com pão com manteiga		
	ALMOÇO	Feijão Verde	Normal: Abrótea de alho com batata, brócolos e cenoura cozidos Dieta: Abrótea com batata, brócolos e cenoura cozidos	Laranja
	LANCHE	Café/ leite/ chá com pão com manteiga		
	JANTAR	Feijão Verde	Normal: Bife de novilho com macarrão e salada de alface Dieta: Igual	Gelatina
4.ª feira	PEQUENO ALMOÇO	Café/ leite/ chá com pão com manteiga/ doce		
	ALMOÇO	Feijão encarnado	Normal: Bife de peru estufado com arroz de cenoura e couve-roxa Dieta: Igual	Nectarina
	LANCHE	logurte com bolachas		
	JANTAR	Feijão encarnado	Normal: Maruca cozida com batata e couve-flor cozidas Dieta: Igual	Maçã assada
5.ª feira	PEQUENO ALMOÇO	Café/ leite/ chá com pão com manteiga		
	ALMOÇO	Espinafres	Normal: Lombinhos de pescada com salada de batata com cenoura e feijão verde Dieta: Igual	Melão
	LANCHE	Café/ leite/ chá com pão com queijo		
	JANTAR	Espinafres	Normal: Salada de salsichas com tomate Dieta: Igual	Gelatina tutti-frutti
6.ª feira	PEQUENO ALMOÇO	Café/ leite/ chá com pão com manteiga		
	ALMOÇO	Alho francês	Normal: Lombo de porco assado com massinhas e salada de alface Dieta: Lombo de porco grelhado com massinhas e brócolos cozidos	Maçã
	LANCHE	Café/ leite/ chá com pão com marmelada		
	JANTAR	Alho francês	Normal: Omelete com arroz branco, salada de cenoura e alface Dieta: Omelete com arroz branco e couves de bruxelas cozidas	Pêra cozida
Sábado	PEQUENO ALMOÇO	Café/ leite/ chá com pão com manteiga		
	ALMOÇO	Juliana	Normal: Arroz de lulas com salada de tomate e pepino Dieta: Igual	Pêra
	LANCHE	Café/ leite/ chá com pão com fiambre		
	JANTAR	Juliana	Normal: Perna de peru assada com massinhas e salada de alface Dieta: Perna de peru assada simples commassinhas e couve-flor cozida	Nectarina
Domingo	PEQUENO ALMOÇO	Café/ leite/ chá com pão com manteiga		
	ALMOÇO	Brócolos	Normal: Frango do campo estufado com batata cozida e salada de alface Dieta: Frango do campo estufado simples com cenoura e arroz de ervilhas	Melância
	LANCHE	logurte com bolachas/pão com doce		
	JANTAR	Brócolos	Normal: Maruca gratinada com batata e salada de alface e cebola Dieta: Maruca cozida com batata e brócolos cozidos	Maçã

Observações: As ementas poderão ser alteradas por motivos imprevistos e a fruta ajustada à da época

Aprovada por:



Data:

10/7/26