



Centro Social Paroquial Santa Catarina

EMENTA ERPI – 20 a 26 de abril de 2026



		ALMOÇO	JANTAR
Segunda-Feira	Sopa	Macedónia de legumes	Couve Lombardo
	Prato	Frango estufado com arroz de cenoura, alface e tomate ^{1,2}	Peixe cozido com batata e legumes cozidos ⁴
	Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
Terça-Feira	Sopa	Ovo ³	Sopa de legumes com massa ^{1,3,6,10,12}
	Prato	Salada Russa de Atum, alface e tomate ^{4,12}	
	Sobremesa	Gelatina	Fruta da Época
Quarta-Feira	Sopa	Feijão Seco	Brócolos
	Prato	Grelhados mistos, arroz branco, alface e tomate ^{1,12}	Empadão Peixe, legumes cozidos ^{4,7,12}
	Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
Quinta-Feira	Sopa	Espinafres	Grão com espinafres e arroz
	Prato	Bacalhau com natas, alface ^{4,7,12}	
	Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
Sexta-Feira	Sopa	Caldo-Verde	Juliana
	Prato	Perú estufado, fusilli, alface ^{1,12}	Arroz de Peixe com salsa, alface ^{4,12}
	Sobremesa	Fruta Assada	Fruta da Época
Sábado	Sopa	Legumes	Sopa de carne com couve lombardo e massa ^{1,3}
	Prato	Empadão de pescada, alface e tomate ⁴	
	Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época
Domingo	Sopa	Feijão Verde	Peixe ⁴
	Prato	Frango grelhado com arroz simples, alface e tomate ^{1,2}	
	Sobremesa	Fruta Assada	Fruta da Época

Observações: A ementa pode estar sujeita a alterações por motivos alheios

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoço, ¹⁴Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Alpedivene