



Centro Social Paroquial Santa Catarina

EMENTA SAD, ADI, CENTRO DE DIA e CENTRO DE CONVÍVIO

7 a 12 de setembro de 2026

		ALMOÇO
Segunda-Feira	Sopa	Espinafres
	Prato	Jardineira de Porco ¹²
	Sobremesa	Fruta da Época
Terça-Feira	Sopa	Caldo-verde
	Prato	Pescadinha frita, arroz de tomate, Legumes salteados ^{1,3,4,12}
	Sobremesa	Fruta da Época
Quarta-Feira	Sopa	Grão com couve lombardo ^{6,12,13}
	Prato	Perna de frango grelhada com massa, alface e tomate ^{1,3,12}
	Sobremesa	Fruta da Época
Quinta-Feira	Sopa	Feijão-verde
	Prato	Tentáculos de Pota à Lagareiro, alface e tomate ^{4,12}
	Sobremesa	Fruta da Época
Sexta-Feira	Sopa	Couve Portuguesa
	Prato	Carne de peru estufada com cenoura, ervilhas, curgete, e massa ^{1,3,6,12,13}
	Sobremesa	Maçã Assada
Sábado	Sopa	Abóbora com coentros
	Prato	Peixe estufado com batata, legumes cozidos ^{12,14}
	Sobremesa	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 rijas, 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.