



## EMENTA SEMANAL C.D.

Semana de 13/07/2026 a 19/07/2026

29

| DIA DA SEMANA | P.ALMOÇO                                         | ALMOÇO                                            |                                                                                                                                            | LANCHE                                           |
|---------------|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| 2ªFeira       | Leite<br>Chá<br>Café<br><br>Pão com<br>Queijo    | SOPA:<br>SEGUNDO:<br><br>DIETA:<br><br>SOBREMESA: | Feijão sêco com feijão verde<br>Filetes com arroz de tomate e salada<br>Peixe grelhado com arroz e salada<br>Fruta da época                | Leite, Café, Chá<br><br><br>Pão com<br>Marmelada |
| 3ª Feira      | Leite<br>Chá<br>Café<br><br>Pão com<br>Manteiga  | SOPA:<br>SEGUNDO:<br><br>DIETA:<br><br>SOBREMESA: | Legumes<br>Bifinhos com cogumelos, macarrão e macedónia de legumes<br>Febrá grelhada com macarrão e macedónia de legumes<br>Fruta da época | Leite, Café, Chá<br><br><br>Pão com<br>Fiambre   |
| 4ªFeira       | Leite<br>Chá<br>Café<br><br>Pão com<br>Chouriço  | SOPA:<br>SEGUNDO:<br><br>DIETA:<br><br>SOBREMESA: | Canja<br>Salada russa com atum<br><br>Salada russa com peixe grelhado<br>Gelatina                                                          | Leite, Café, Chá<br><br><br>Pão com<br>Queijo    |
| 5ªFeira       | Leite<br>Chá<br>Café<br><br>Pão com<br>Fiambre   | SOPA:<br>SEGUNDO:<br><br>DIETA:<br><br>SOBREMESA: | Alho francês<br>Lombo estufado com arroz de cenoura e salada<br>Febrá grelhada com arroz e salada<br>Fruta da época                        | Leite, Café, Chá<br><br><br>Pão com<br>Manteiga  |
| 6ªFeira       | Leite<br>Chá<br>Café<br><br>Pão com<br>Marmelada | SOPA:<br>SEGUNDO:<br><br>DIETA:<br><br>SOBREMESA: | Juliana<br>Pescada cozida com todos<br><br>Pescada cozida com todos<br>Fruta da época                                                      | Leite, Café, Chá<br><br><br>Pão com<br>Mortadela |

**Nota:** Esta ementa poderá estar sujeita a alterações