



4 a 10 de Maio 2026

| Almoço | Segunda-feira | Jantar |
|--|--|--|
| Sopa de hortaliça /sopa de dieta Filetes panados no forno c/ salada de batata ⁴ Filetes panados no forno c/ salada de batata ⁴ | Sopa Geral Dieta | Sopa de hortaliça /sopa de dieta Empadão ^{3 7} Empadão ^{3 7} |
| Almoço | Terça-feira | Jantar |
| Sopa de hortaliça /sopa de dieta Vitela estufada c/ esparguete ¹ Vitela estufada simples c/ esparguete ¹ | Sopa Geral Dieta | Sopa de hortaliça /sopa de dieta Arroz de tamboril ⁴ Arroz simples de tamboril ⁴ |
| Almoço | Quarta-feira | Jantar |
| Sopa de hortaliça /sopa de dieta Bacalhau frito com arroz de tomate ⁴ Bacalhau cozido c/ batata ⁴ | Sopa Geral Dieta | Sopa de hortaliça /sopa de dieta Perú assado c/ macarrão ¹ Perú assado simples c/ macarrão ¹ |
| Almoço | Quinta-feira | Jantar |
| Sopa legumes / sopa de dieta Costeletas estufadas c/ puré de batata Costeletas estufadas simples c/ puré de batata | Sopa Geral Dieta | Sopa de hortaliça /sopa de dieta Pescada panada no forno c/ açorda ⁴ Pescada panada no forno c/ batata ⁴ |
| Almoço | Sexta-feira | Jantar |
| Sopa de repolho / sopa de dieta Feijoada de potas ¹² Arroz de peixe ⁴ | Sopa Geral Dieta | Sopa de hortaliça /sopa de dieta Entrecosto c/ batatas cozidas Entrecosto c/ batatas cozidas |
| Almoço | Sábado | Jantar |
| Sopa de hortaliça /sopa de dieta Frango assado c/ massa tricolor ¹ Frango assado c/ massa tricolor ¹ | Sopa Geral Dieta | Sopa de hortaliça /sopa de dieta Medalhões de peixe no forno c/ arroz de cenoura ⁴ Medalhões de peixe no forno c/ arroz de cenoura ⁴ |
| Almoço | Domingo | Jantar |
| Sopa de hortaliça /sopa de dieta Bacalhau espiritual ^{3 4 7} Bacalhau cozido c/ batatas ⁴ | Sopa Geral Dieta | Sopa de hortaliça /sopa de dieta Bifes de frango c/ cotovelinhos ¹ Bifes de frango c/ cotovelinhos ¹ |
| Nota | <p>Todas refeições são acompanhadas por /Fruta da época / fruta cozida / Batido de Fruta / ou Doce Todas refeições são acompanhadas por hortaliças ou saladas conforme a confeção de prato Todas refeições tem sopa geral / canja / sopa passada com proteína (ovo, peixe, carne) Dietas específicas ou personalizadas são feitas pelo serviço de enfermagem c/ conhecimento do chef de cozinha</p> | |

Símbolos Alergênicos

| | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|-------------------------|-------------------|--------------------|-----------------------|-------------------|------------------------|-------------------|-----------------------|----------------------------------|---|------------------------|-----------------------|---------------------|
| | | | | | | | | | | | | | |
| Contém glúten ¹ | Crustáceos ² | Ovos ³ | Peixe ⁴ | Amendoim ⁵ | Soja ⁶ | Lactínios ⁷ | Aipo ⁸ | Mostarda ⁹ | Sementes de Sésamo ¹⁰ | Dióxido de Enxofre e Sulfitos ¹¹ | Moluscos ¹² | Tremços ¹³ | Nozes ¹⁴ |

Pequeno-almoço*: café preto c/s açúcar; chá preto c/s açúcar; chá de ervas c/s açúcar; doce; leite; leite magro; leite com café c/s açúcar; manteiga; Nestum®; pão integral; papo-seco; queijo. **Lanche***: café preto c/s açúcar; chá preto c/s açúcar; chá de ervas c/s açúcar; doce; fiambre; leite; leite magro; leite com café c/s açúcar; manteiga; marmelada; Nestum®; paio; pão integral; papo-seco; queijo. **Ceia***: bolacha de água e sal; bolacha Maria café preto c/s açúcar; chá preto c/s açúcar; chá de ervas c/s açúcar; doce; fruta da época; iogurte natural e aromas; leite; leite magro; leite com café c/s açúcar; manteiga; Nestum®; pão integral; papo-seco; queijo. *** Adaptado à dieta NOTA: A refeição do jantar em SAD corresponde à ementa do almoço. NOTA ementa sujeita alterações.**

O Presidente da Direcção:

Dr. Joaquim Pereira

O Chefe de Cozinha:

Rui Pereira