



Ementa do Serviço de Apoio Domiciliário e Centro de Dia

Semana de 2 a 8 de maio de 2022

SEGUNDA	SOPA: juliana legumes PRATO: rissóis carne/ arroz cenoura/salada mista DIETA: <u>dourada grelhada/batata cozida/salada mista+sopa couve penca</u> SOBREMESA: Fruta época LANCHE: pão com manteiga
TERÇA	SOPA: feijão-verde PRATO: bacalhau à Gomes de Sá/salada mista DIETA: <u>bacalhau/batata cozida/ brócolos + sopa feijão verde</u> SOBREMESA: Fruta época LANCHE: pão com fiambre
QUARTA	SOPA: feijão vermelho e couve penca PRATO: arroz carne e enchidos/salada mista DIETA: <u>bife frango grelhado/arroz+ sopa couve penca</u> SOBREMESA: Fruta época LANCHE: pão com doce
QUINTA	SOPA: Alho frances PRATO: maruca cozida com todos/ feijão verde DIETA: <u>maruca cozida com todos + sopa cenoura</u> SOBREMESA: Fruta época+arroz doce LANCHE: pão com marmelada
SEXTA	SOPA: Feijão vermelho e couve PRATO: peito frango estufado com legumes/massa/salada mista DIETA: <u>bife frango grelhado/arroz+ sopa couve penca</u> SOBREMESA: Fruta época LANCHE: pão com queijo
SÁBADO	SOPA: Couve coração PRATO: Redfish cozido com todos DIETA: <u>dourada grelhada/batata cozida /brocolos + sopa cenoura</u> SOBREMESA: Fruta época
DOMINGO	SOPA: Feijão-verde PRATO: pá assada/massa/salada mista SOBREMESA: Fruta época

Nota: As respostas de Centro de Dia e Centro de Convívio não contemplam serviços ao fim-de-semana, salvo se previamente acordado.

Estas ementas podem estar sujeitas a alteração, sem aviso prévio.

Eixo, 2 de maio de 2022

A TSSS _____

A Cozinheira _____



Ementa do Serviço de Apoio Domiciliário e Centro de Dia

Semana de 9 a 15 de maio de 2022

SEGUNDA	SOPA: Juliana legumes PRATO: alheira/arroz cenoura/salada mista DIETA: <u>bife peru grelhado/arroz/salada+sopa cenoura</u> SOBREMESA: Fruta época LANCHE: pão com manteiga
TERÇA	SOPA: couve penca e cenoura PRATO: pescada cozida com todos (batata/cenoura/ovo/brócolos) DIETA: <u>maruca cozida com todos</u> SOBREMESA: Fruta época LANCHE: pão com fiambre
QUARTA	SOPA: Feijão verde PRATO: costeleta cebolada/massa/salada mista DIETA: <u>costeleta grelhada/batata cozida/salada+sopa arroz</u> SOBREMESA: Fruta época LANCHE: pão com doce
QUINTA (Feriado Municipal)	SOPA: Couve coração PRATO: Atum/salada feijão frade/salada mista DIETA: <u>frango cozido/arroz cenoura/salada mista+ sopa couve</u> SOBREMESA: Fruta época+aletria LANCHE: pão com marmelada
SEXTA	SOPA: creme legumes PRATO: Almôndegas mistas/massa/salada mista DIETA: <u>Almôndegas mistas/massa/salada</u> SOBREMESA: Fruta época LANCHE: pão com queijo
SÁBADO	SOPA: Brócolos e cenoura PRATO: massada de peixe/salada mista DIETA: <u>massada de peixe/salada</u> SOBREMESA: Fruta época
DOMINGO	SOPA: Feijão-verde PRATO: carne estufada /arroz cenoura/couves Bruxelas SOBREMESA: Fruta época

Nota: As respostas de Centro de Dia e Centro de Convívio não contemplam serviços ao fim-de-semana, salvo se previamente acordado.

Estas ementas podem estar sujeitas a alteração, sem aviso prévio.

Eixo, 9 de maio de 2022

A TSSS _____

A Cozinheira _____



Ementa do Serviço de Apoio Domiciliário e Centro de Dia

Semana de 16 a 22 de maio de 2022

SEGUNDA	SOPA: Juliana legumes PRATO: arroz de frango e legumes/ salada mista DIETA: <u>peito frango grelhado/arroz cenoura/salada mista+ sopa couve</u> SOBREMESA: Fruta época LANCHE: pão com manteiga
TERÇA	SOPA: Feijão-verde PRATO: atum/salada russa/salada mista DIETA: <u>dourada grelhada/batata cozida/salada + sopa cenoura</u> SOBREMESA: Fruta época LANCHE: pão com fiambre
QUARTA	SOPA: alho francês PRATO: entrecosto assado/ arroz cenoura/salada mista DIETA: <u>entrecosto grelhado/arroz cenoura/salada+ sopa feijão verde</u> SOBREMESA: Fruta época LANCHE: pão com doce
QUINTA	SOPA: Legumes PRATO: carapau grelhado/ batata cozida/salada mista DIETA: <u>carapau grelhado/ batata cozida/salada mista</u> SOBREMESA: Fruta época LANCHE: pão com marmelada
SEXTA	SOPA: creme legumes PRATO: frango assado/arroz legumes/salada mista DIETA: <u>frango grelhado/arroz cenoura/salada</u> SOBREMESA: Fruta época LANCHE: pão com queijo
SÁBADO	SOPA: feijão verde PRATO: maruca no forno/batata cozida/salada mista DIETA: <u>maruca cozida/arroz cenoura/salada mista+ sopa feijão verde</u> SOBREMESA: Fruta época
DOMINGO	SOPA: Feijão-verde PRATO: Carne estufada/arroz cenoura/couves bruxelas SOBREMESA: Fruta época

Nota: As respostas de Centro de Dia e Centro de Convívio não contemplam serviços ao fim-de-semana, salvo se previamente acordado.

Estas ementas podem estar sujeitas a alteração, sem aviso prévio.

Eixo, 16 de maio de 2022

A TSSS _____

A Cozinheira _____



Ementa do Serviço de Apoio Domiciliário e Centro de Dia

Semana de 23 a 29 de maio 2022

SEGUNDA	SOPA: Juliana legumes PRATO: Rissóis de carne/arroz cenoura/salada mista DIETA: <u>bife frango grelhado/arroz cenoura/salada</u> SOBREMESA: Fruta época LANCHE: pão com manteiga
TERÇA	SOPA: Feijão-verde PRATO: Salada de bacalhau com grão/salada mista DIETA: <u>Bacalhau/batata cozida/ovo+ Sopa feijão verde</u> SOBREMESA: Fruta época LANCHE: pão com fiambre
QUARTA	SOPA: couve penca PRATO: Pá assada/ arroz cenoura/ couves bruxelas DIETA: <u>Pá assada/arroz/salada+ Sopa couve penca</u> SOBREMESA: Fruta época LANCHE: pão com doce
QUINTA	SOPA: Alho francês PRATO: pescada cozida com todos (batata/cenoura/ovo/brócolos) DIETA: <u>pescada cozida com todos (batata/cenoura/ovo/brócolos)</u> SOBREMESA: Fruta época LANCHE: pão com marmelada
SEXTA	SOPA: creme legumes PRATO: <u>Perú assado/ arroz cenoura/ salada mista</u> DIETA: <u>Perú assado/massa/salada + Sopa cenoura</u> SOBREMESA: Fruta época LANCHE: pão com queijo
SÁBADO	SOPA: Legumes PRATO: <u>atum com salada feijão frade/salada mista</u> DIETA: <u>dourada grelhada/batata cozida/salada</u> SOBREMESA: Fruta época
DOMINGO	SOPA: Feijão-verde PRATO: Lombo assado/arroz cenoura/couves bruxelas SOBREMESA: Fruta época

Nota: As respostas de Centro de Dia e Centro de Convívio não contemplam serviços ao fim-de-semana, salvo se previamente acordado.

Estas ementas podem estar sujeitas a alteração, sem aviso prévio.

Eixo, 23 de maio de 2022

A TSSS _____

A Cozinheira _____