

Centro Social Paroquial da Borralha

Serviço de Ementas

Na SEMANA de 01 a 03 Novembro de 2024

DIAS		ALMOÇOS DA INFÂNCIA	ALMOÇOS DOS SÊNIORES	REFEIÇÃO DA RESIDÊNCIA AUTÔNOMA
SEGUNDA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA			<p>O JANTAR DA RESIDÊNCIA É O PRATO PRINCIPAL DO ALMOÇO, ALTERNANDO O ACOMPANHAMENTO.</p> <p>Nota: Disponibilizamos ementas vegetarianas caso esteja interessado contactar os serviços.</p>
TERÇA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA			
QUARTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA			
QUINTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA			
SEXTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		<p>Caldo verde¹²</p> <p>Frango assado com arroz de ervilhas¹² Salada alface¹²</p> <p>Frango no forno ao natural c/ arroz de ervilhas. Salada alface¹²</p> <p>Aletria^{1;3;4} /Pera assada</p>	
SABADO	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		<p>Sopa de espinafres</p> <p>Carapauzinhos fritos c/ feijão-frade^{1;3;4} Salada alface e tomate¹²</p> <p>Carapau no forno c/ arroz branco⁴ Salada alface e tomate¹²</p> <p>Pera</p>	
Domingo	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		<p>Sopa de feijão-verde</p> <p>Rojões com batata cozida. Hortaliça cozida</p> <p>Igual ao geral</p> <p>Ovo estrelado /Maçã assada</p>	

“OS PRODUTOS CONFECCIONADOS NESTA INSTITUIÇÃO PODEM CONTER NA SUA FORMULAÇÃO OS SEGUINTE ALERGÊNIOS: 1. GLÚTEN, 2. CRUSTÁCEOS, 3.OVO, 4. PEIXE, 5.AMENDOINS, 6.SOJA, 7.LEITE E DERIVADOS, 8.FRUTOS DE CASCA RJA, 9.AIPO E DERIVADOS, 10.MOSTARDA E, 11.SEMENTES DE SÉSAMO, 12.SO2 E SULFITOS, 13.TREMOÇO E 14.MOLUSCOS.



Brejo, 30 de novembro de 2024 Nota: ementa pode ser sujeita a alterações. A Nutricionista carteira profissional nº 0877N Ordem dos Nutricionistas:



Centro Social Paroquial da Borralha

Serviço de Ementas

Na SEMANA de 04 a 10 Novembro de 2024

DIAS		ALMOÇOS DA INFÂNCIA	ALMOÇOS DOS SÊNIORES	REFEIÇÃO DA RESIDÊNCIA AUTÔNOMA
SEGUNDA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de couve lombarda Massa com carne de porco e legumes ^{1;3;12} Carne de porco estufado simples, massa, cenoura e couve ^{1;3} Clementina	Sopa de couve lombarda Massa com carne de porco e legumes ^{1;3;12} Carne de porco estufado simples, massa, cenoura e couve ^{1;3} Clementina	<p>O JANTAR DA RESIDÊNCIA É O PRATO PRINCIPAL DO ALMOÇO, ALTERNANDO O ACOMPANHAMENTO.</p> <p>Nota: Disponibilizamos ementas vegetarianas caso esteja interessado contatar os serviços.</p>
TERÇA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de feijão-verde Pescada frita c/ arroz de tomate ^{1;4} . Salada alface e beterraba ¹² Pescada cozida com batata e couve ⁴ Banana	Sopa de feijão-verde Pescada frita c/ arroz de tomate ^{1;4} . Salada alface e beterraba ¹² Pescada cozida com batata e couve ⁴ Banana	
QUARTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de legumes Jardineira ¹² Carne de porco estufado simples com batata cozida e legumes Maçã	Sopa de legumes Favas estufadas com carne de porco e enchidos ¹² Carne de porco estufado simples com batata cozida e legumes Maçã	
QUINTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de grão com espinafres Carapau grelhado com batata cozida e brócolos ⁴ Igual ao geral Pera	Sopa de alho francês Carapau grelhado com batata cozida e brócolos ⁴ Igual ao geral Pera	
SEXTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de alho francês Rancho ^{1;3;12} Frango cozido com batata, cenoura e couve Laranja	Sopa de grão com espinafres Rancho ^{1;3;12} Frango cozido com batata, cenoura e couve Laranja	
SABADO	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa de couve penca Peixe vermelho no forno com arroz de legumes ⁴ Igual ao geral Maçã assada	
Domingo	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa à Lavrador ^{1;3} Peru no forno c/ batata assada e arroz ¹² Salada alface ¹² Peru no forno ao natural com arroz branco Salada alface ¹² Arroz Doce ^{1;3;6;7;8} /Pera cozida	

*OS PRODUTOS CONFECCIONADOS NESTA INSTITUIÇÃO PODEM CONTER NA SUA FORMULAÇÃO OS SEGUINTE ALERGENÍOS: 1. GLÚTEN, 2. CRUSTÁCEOS, 3.OVO, 4. PEIXE, 5.AMENDOINS, 6.SOJA, 7.LEITE E DERIVADOS, 8.FRUTOS DE CASCA RIJA, 9.AIPO E DERIVADOS, 10.MOSTARDA E DERIVADOS, 11.SEMENTES DE SÊSAMO, 12.SO2 E SULFITOS, 13.TREMOÇO E 14.MOLUSCOS.

Brejo, 30 novembro de 2024. Nota: ementa pode ser sujeita a alterações. A Nutricionista carteira profissional nº 0877N Ordem dos Nutricionistas: DS.006.B

Centro Social Paroquial da Borralha

Serviço de Ementas

Na SEMANA de 11 a 17 de Novembro de 2024

DIAS		ALMOÇOS DA INFÂNCIA	ALMOÇOS DOS SÊNIORES	REFEIÇÃO DA RESIDÊNCIA AUTÔNOMA
SEGUNDA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Canja ^{1;3} Arroz de febras com cenoura e ervilhas ¹² Carne de porco estufada simples com arroz de cenoura e ervilhas Maçã	Canja ^{1;3} /Sopa de legumes (diabético) Arroz de febras com cenoura e ervilhas ¹² Carne de porco estufado simples com arroz de cenoura e ervilhas Maçã	O JANTAR DA RESIDÊNCIA É O PRATO PRINCIPAL DO ALMOÇO, ALTERNANDO O ACOMPANHAMENTO. Nota: Disponibilizamos ementas vegetarianas caso esteja interessado contactar os serviços.
TERÇA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de feijão com couve Pescada no forno com broa, batata cozida e brócolos ^{1;4} Pescada cozida com batata e brócolos ⁴ Banana	Sopa de feijão com couve Pescada no forno com broa, batata cozida e brócolos ^{1;4} Pescada cozida com batata e brócolos ⁴ Banana	
QUARTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de alho francês Frango estufado com batata assada e arroz ¹² Salada alface ¹² Frango cozido com batata e legumes Pera	Sopa de alho francês Frango estufado com batata assada e arroz ¹² Salada alface ¹² Frango cozido com batata e legumes Pera	
QUINTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de espinafres Filetes no forno com arroz de legumes ⁴ Igual ao geral Gelatina	Sopa de espinafres Filetes fritos com arroz de legumes ^{1;3;4} Filetes no forno com arroz de legumes ⁴ Salada alface ¹² Gelatina	
SEXTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Caldo verde ¹² Esparguete c/ carne picada ^{1;3;12} Salada alface, cenoura e milho ¹² Febra estufada simples c/ esparguete ^{1;3} Salada alface e cenoura ¹² Clementina	Caldo verde ¹² Esparguete c/ carne picada ^{1;3;12} Salada alface, cenoura e milho ¹² Febra estufada simples c/ esparguete ^{1;3} Salada alface e cenoura ¹² Clementina	
SABADO	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa de couve coração Pescada cozida com todos ^{3;4} Igual ao geral Laranja	
Domingo	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa de legumes Arroz de pato ¹² Salada alface ¹² Igual ao geral Pudim ^{1;3;7} /Maçã assada	

“OS PRODUTOS CONFECCIONADOS NESTA INSTITUIÇÃO PODEM CONTER NA SUA FORMULAÇÃO OS SEGUINTE ALERGÉNIOS: 1. GLÚTEN, 2. CRUSTÁCEOS, 3.OVO, 4. PEIXE, 5.AMENDOINS, 6.SOJA, 7.LEITE E DERIVADOS, 8.FRUTOS DE CASCA RJA, 9.AIPO E DERIVADOS, 10.MOSTARDA E, 11.SEMENTES DE SÊSAMO, 12.SO2 E SULFITOS, 13.TREMOÇO E 14.MOLUSCOS.



Brejo, 30 de novembro de 2024 Nota: ementa pode ser sujeita a alterações. A Nutricionista carteira profissional nº 0877N Ordem dos Nutricionistas:



Centro Social Paroquial da Borralha

Serviço de Ementas

Na SEMANA de 18 a 24 Novembro de 2024

DIAS		ALMOÇOS DA INFÂNCIA	ALMOÇOS DOS SÉNIORES	REFEIÇÃO DA RESIDÊNCIA AUTÔNOMA
SEGUNDA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de alho francês Coxa de frango no forno c/ esparguete ^{1;3;12} Salada alface e tomate ¹² Iguar ao geral Clementina	Sopa de alho francês Coxa de frango no forno c/ esparguete ^{1;3;12} Salada alface e tomate ¹² Iguar ao geral Clementina	<p>O JANTAR DA RESIDÊNCIA É O PRATO PRINCIPAL DO ALMOÇO, ALTERNANDO O ACOMPANHAMENTO. Nota: Disponibilizamos ementas vegetarianas caso esteja interessado contactar os serviços.</p>
TERÇA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de feijão-frade com couve Barritas de peixe no forno com arroz Primavera ^{1;3;4;6;7;8;12} Iguar ao geral Banana	Sopa de feijão-frade com couve Peixe vermelho no forno com arroz Primavera ^{4;1;3} Iguar ao geral Banana	
QUARTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Caldo verde ¹² Jardineira de vitela ¹² Iguar ao geral Laranja	Caldo verde ¹² Jardineira de vitela ¹² Vitela estufada simples com batata cozida e legumes Laranja	
QUINTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de feijão-verde Meia desfeita de bacalhau c/ grão, batata e ovo ^{3;4} Salada tomate ¹² Iguar ao geral Salada de fruta	Sopa de feijão-verde Meia desfeita de bacalhau c/ grão, batata e ovo ^{3;4} Salada tomate ¹² Iguar ao geral Salada de fruta	
SEXTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de abobora com couve-flor Carne de porco à Alentejana ^{2;12} Salada alface e cenoura ¹² Carne de porco cozido com batata e legumes Pera	Sopa de abobora com couve-flor Carne de porco à Alentejana ^{2;12} Salada alface e cenoura ¹² Carne de porco cozido com batata e legumes Pera	
SABADO	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa de espinafres Pescada à Marinheiro com arroz branco ^{4;2;12} Salada tomate ¹² Pescada no forno ao natural com arroz branco ⁴ Salada tomate ¹² Banana	
Domingo	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa de legumes Pá de porco no forno com arroz e batata assada ¹² Salada alface ¹² Pá de porco no forno com arroz ¹² Salada alface ¹² Mousse de chocolate ^{1;3;6;7;8} /Pera assada	

*OS PRODUTOS CONFECCIONADOS NESTA INSTITUIÇÃO PODEM CONTER NA SUA FORMULAÇÃO OS SEGUINTE Alergênicos: 1. GLÚTEN, 2. CRUSTÁCEOS, 3.OVO, 4. PEIXE, 5. AMENDOINS, 6.SOJA, 7.LEITE E DERIVADOS, 8.FRUTOS DE CASCA RIJA, 9.AIPO E DERIVADOS, 10.MOSTARDA E DERIVADOS, 11.SEMENTES DE SÊSAMO, 12.SO2 E SULFITOS, 13.TREMOÇO E 14.MOLUSCOS.

Brejo, 30 novembro de 2024. Nota: ementa pode ser sujeita a alterações. A Nutricionista carteira profissional nº 0877N Ordem dos Nutricionistas: DS.006.B

Centro Social Paroquial da Borralha

Serviço de Ementas

Na SEMANA de 25 a 30 Novembro de 2024

DIAS		ALMOÇOS DA INFÂNCIA	ALMOÇOS DOS SÊNIORES	REFEIÇÃO DA RESIDÊNCIA AUTÓNOMA
SEGUNDA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Creme de cenoura com massinhas ^{1;3} Ovos mexidos com fiambre e arroz Primavera ^{1;3;6;7;8} Febra estufada simples com arroz Primavera Maçã	Creme de cenoura com massinhas ^{1;3} Bife de frango grelhado com arroz Primavera Igual ao geral Maçã	O JANTAR DA RESIDÊNCIA É O PRATO PRINCIPAL DO ALMOÇO, ALTERNANDO O ACOMPANHAMENTO. Nota: Disponibilizamos ementas vegetarianas caso esteja interessado contactar os serviços.
TERÇA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de espinafres Pescada com natas ^{3;4;7} Salada alface e tomate ¹² Pescada cozida com todos ^{3;4} Banana	Sopa de espinafres Pescada com natas e salada alface e tomate ^{3;4;7} Pescada cozida com todos ^{3;4} Laranja	
QUARTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de feijão-verde Feijoada com arroz ¹² Frango cozido com batata e legumes Gelatina	Sopa de feijão-verde Feijoada com arroz ¹² Frango cozido com batata, cenoura e couve Gelatina	
QUINTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Caldo verde ¹² Atum com salada russa ^{3;4} Maruca cozida com batata e legumes ⁴ Laranja	Caldo verde ¹² Atum com salada russa ^{3;4} Maruca cozida com batata e legumes ⁴ Laranja	
SEXTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de couve coração Frango estufado com esparguete e salada de alface, cenoura e milho ^{1;3;12} Igual ao geral Pera	Sopa de couve coração Frango estufado com esparguete e salada de alface, cenoura e milho ^{1;3;12} Igual ao geral Pera	
SABADO	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa de feijão com couve portuguesa Filetes no forno com arroz de legumes ⁴ Igual ao geral Clementina	
Domingo	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA			

*OS PRODUTOS CONFECCIONADOS NESTA INSTITUIÇÃO PODEM CONTER NA SUA FORMULAÇÃO OS SEGUINTE ALERGÉNIOS: 1. GLÚTEN, 2. CRUSTÁCEOS, 3.OVO, 4. PEIXE, 5. AMENDOINS, 6.SOJA, 7.LEITE E DERIVADOS, 8.FRUTOS DE CASCA RIA, 9.AIPO E DERIVADOS, 10.MOSTARDA E DERIVADOS, 11.SEMENTES DE SÊSAMO, 12.SO2 E SULFITOS, 13.TREMOÇO E 14.MOLUSCOS

Brejo, 30 novembro de 2024 Nota: ementa pode ser sujeita a alterações. A Nutricionista carteira profissional nº 0877N Ordem dos Nutricionistas:

DS.006.B