

Centro Social Paroquial da Borralha

Serviço de Ementas

Na SEMANA de 02 a 05 janeiro de 2025

DIAS		ALMOÇOS DA INFÂNCIA	ALMOÇOS DOS SÉNIORES	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. Nota: Disponibilizamos ementas vegetarianas caso esteja interessado contatar os serviços.</p>
TERÇA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA			
QUARTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA			
QUINTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de feijão-frade e nabiças Paloco à Gomes de Sá ^{3,4} Brócolos cozidos Igual ao geral Banana	Sopa de feijão-frade e nabiças Paloco à Gomes de Sá ^{3,4} Brócolos cozidos Igual ao geral Banana	
SEXTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Caldo verde ¹² Esparguete com carne picada ^{1;3;12} , Alface e milho ¹² Carne de porco cozido com batata, cenoura e feijão-verde Pera	Caldo verde ¹² Esparguete com carne picada ^{1;3;12} , Salada de alface e tomate ¹² Carne de porco cozido com batata, cenoura e feijão-verde Pera	
SABADO	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa de legumes Solha no forno com arroz de cenoura ⁴ Salada de alface ¹² Igual ao geral Laranja	
Domingo	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa de espinafres Frango no forno com batata corada. Salada de alface ¹² Frango no forno ao natural com batata cozida. Salada de alface ¹² Leite-creme ^{1;3;6;7;8} /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 RIJA, 9.AIPO E DERIVADOS, 10.MOSTARDA E DERIVADOS, 11.SEMENTES DE SÊSAMO, 12.SO2 E SULFITOS, 13.TREMOÇO E 14.MOLUSCOS.



Brejo, 26 de dezembro 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 06 a 12 janeiro de 2025

DIAS		ALMOÇOS DA INFÂNCIA	ALMOÇOS DOS SÉNIORES	REFEIÇÃO DA RESIDÊNCIA AUTÔNOMA
SEGUNDA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de couve lombarda Arroz de febras com legumes ¹² Febra estufada simples com arroz de legumes Pera	Sopa de couve lombarda Arroz de febras com legumes ¹² Febra estufada simples com arroz de legumes Pera	<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 Juliana Peixe vermelho com batata e hortaliça ⁴ Igual ao geral Maçã	Sopa Juliana Carapau grelhado c/ batata cozida ⁴ Salada de alface e tomate ¹² Igual ao geral Maçã assada	
QUARTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Caldo verde ¹² Carne de porco à Portuguesa Salada alface e milho ¹² Carne de porco cozido com batata, cenoura e couve Laranja	Caldo verde ¹² Carne de porco à Portuguesa Nabijas cozidas Carne de porco cozido com batata, cenoura e nabijas Laranja	
QUINTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de grão com espinafres Pescada no forno com broa, arroz e brócolos ^{1:4} Igual ao geral Banana	Sopa de grão com espinafres Pescada no forno com broa com arroz e brócolos ^{1:4} Igual ao geral Banana	
SEXTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de alho francês Rojões com batata cozida e hortaliça ¹² Frango cozido com batata, cenoura e couve Clementina	Sopa de alho francês Rojões com batata cozida, grelos e chouriça ¹² Frango cozido com batata, cenoura e couve Doces de Natal ^{1:3;6;7;8;12}	
SABADO	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa de legumes Pescada frita com arroz de tomate ^{1:4} Salada de alface ¹² Pescada cozida com todos ^{3:4} Clementina	
Domingo	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa de feijão-verde Peru no forno com batata assada. Salada de alface ¹² Peru no forno ao natural com batata cozida. Arroz Doce ^{1:3;6;7;8} /Maçã assada	

*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 SÉSAMO, 12.SO2 E SULFITOS, 13. TREMOÇO E 14. MOLUSCOS.

Brejo, 26 de dezembro 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 13 a 19 janeiro de 2025

DIAS		ALMOÇOS DA INFÂNCIA	ALMOÇOS DOS SÊNIORES	REFEIÇÃO DA RESIDÊNCIA AUTÔNOMA
SEGUNDA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Creme de cenoura com massinhas ^{1;3} Ovos mexidos c/ fiambre ^{3;7} arroz de legumes. Salada alface ¹² Costeleta grelhada c/ arroz de legumes. Salada alface ¹² Clementina	Creme de cenoura com massinhas ^{1;3} Ovos mexidos c/ fiambre ^{3;7} arroz de legumes. Salada alface ¹² Costeleta grelhada c/ arroz de legumes. Salada alface ¹² Clementina	<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	Sopa de feijão-verde Pescada cozida com todos ^{3;4} Igual ao geral Banana	Sopa de feijão-verde Meia desfeita de bacalhau com grão e ovo ^{3;4} Pescada cozida com todos ^{3;4} Banana	
QUARTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de alho francês Frango assado com esparguete ^{1;3;12} Salada alface e cenoura ¹² Igual ao geral Maçã	Sopa de alho francês Frango assado com esparguete ^{1;3;12} Salada alface e cenoura ¹² Igual ao geral Maçã	
QUINTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de nabiças com feijão-frade Atum com salada russa ^{1;3;6;7;8} Solha no forno com batata e legumes ⁴ Pera	Sopa de nabiças com feijão-frade Atum com salada russa ^{1;3;4} Solha no forno com batata e legumes ⁴ Pera	
SEXTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de legumes Feijoada com arroz branco ¹² Frango cozido com batata e legumes Clementina	Sopa de legumes Feijoada com arroz branco ¹² Frango cozido com batata e legumes Clementina	
SABADO	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa de couve coração Peixe vermelho no forno com batata e brócolos ⁴ Igual ao geral Banana	
Domingo	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa Juliana Entrecosto no forno com arroz branco e nabiças cozidas ¹² Igual ao geral Aletria ^{1;3;7} /Maçã assada	

*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 RÍJA, 9.AIPO E DERIVADOS, 10.MOSTARDA E DERIVADOS, 11.SEMENTES DE SÊSAMO, 12.SO2 E SULFITOS, 13.TREMOÇO E 14.MOLUSCOS.

Brejo, 26 de dezembro 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 20 a 26 janeiro de 2025

DIAS		ALMOÇOS DA INFÂNCIA	ALMOÇOS DOS SÉNIORES	REFEIÇÃO DA RESIDÊNCIA AUTÔNOMA
SEGUNDA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de alho francês Massa à Lavrador ^{1;3;12} Frango cozido com batata, couve e cenoura Clementina	Sopa de alho francês Massa à Lavrador ^{1;3;12} Frango cozido com batata, couve e cenoura Clementina	<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	Sopa de lentilhas com couve Bolos de bacalhau/rissóis ^{1;3;4;7;12} arroz de cenoura. Salada de alface ¹² Arroz de peixe com cenoura ⁴ Salada de alface ¹² Gelatina	Sopa de lentilhas com couve Bolos de bacalhau/ rissóis ^{1;3;4;7;12} arroz de cenoura. Salada de alface ¹² Arroz de peixe com cenoura ⁴ Salada de alface ¹² Gelatina	
QUARTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Caldo verde ¹² Febra de cebolada com batata cozida ¹² Legumes cozidos Carne de porco cozido com batata e couve Laranja	Caldo verde ¹² Isclas de cebolada com batata e legumes ¹² Carne de porco cozido com batata e couve Laranja	
QUINTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de espinafres Massa com bacalhau à Barrão ^{1;3;4} Solha cozida com batata e feijão-verde ⁴ Banana	Sopa de espinafres Massa com bacalhau à Barrão ^{1;3;4} Solha cozida com batata e feijão-verde ⁴ Banana	
SEXTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Canja ^{1;3} Bife de frango grelhado com arroz de legumes Igual ao geral Maçã	Canja ^{1;3} /Sopa de legumes (diabético) Bife de frango grelhado com arroz de legumes Igual ao geral Maçã	
SABADO	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa de espinafres Filetes no forno com batata assada e brócolos ⁴ Filetes no forno com batata cozida e brócolos ⁴ Banana	
Domingo	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa Juliana Pá de porco no forno com arroz branco ¹² . Cenoura cozida Igual ao geral Ovo estrelado /Pera 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 RUA, 9. AIPO E DERIVADOS, 10. MOSTARDA E DERIVADOS, 11. SEMENTES DE SÉSAMO, 12.SO2 E SULFITOS, 13. TREMOÇO E 14. MOLUSCOS.

Brejo, 26 de dezembro 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 27 a 31 janeiro de 2025

DIAS		ALMOÇOS DA INFÂNCIA	ALMOÇOS DOS SÊNIORES	REFEIÇÃO DA RESIDÊNCIA AUTÔNOMA
SEGUNDA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de couve lombarda Almôndegas estufadas com esparguete ^{1;3;6;7;8;12} Salada de alface e milho ¹² Febra estufada simples e esparguete ^{1;3} Salada de alface e milho ¹² Clementina	Sopa de couve lombarda Almôndegas estufadas com esparguete ^{1;3;6;7;8;12} Salada de alface e milho ¹² Febra estufada simples e esparguete ^{1;3} Salada de alface e milho ¹² Clementina	<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	Sopa de espinafres Atum com feijão-frade, ovo e batata ^{3;4} Salada de alface e tomate ¹² Pescada cozida com batata, ovo e legumes ^{4;3} Banana	Sopa de espinafres Atum com feijão-frade, ovo e batata ^{3;4} Salada de alface e tomate ¹² Pescada cozida com batata, ovo e legumes ^{4;3} Banana	
QUARTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de feijão-verde Empadão de carne ^{1;3;7;12} Salada de alface, milho e cenoura ¹² Frango cozido com batata, cenoura couve Pera	Sopa de feijão-verde Empadão de carne ^{1;3;7;12} Salada de alface, milho e cenoura ¹² Frango cozido com batata, cenoura couve Pera	
QUINTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Creme de cenoura com massinhas ^{1;3} Barritas de peixe no forno com arroz de legumes ^{1;3;4;6;7;8;12} Pescada no forno ao natural com arroz de legumes ⁴ Maçã	Creme de cenoura com massinhas ^{1;3} Barritas de peixe no forno com arroz de legumes ^{1;3;4;6;7;8;12} Pescada no forno ao natural com arroz de legumes ⁴ Maçã	
SEXTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de couve penca Coxa de frango no forno com massa ^{1;3;12} Legumes estufados Igual ao geral Laranja	Sopa de couve penca Coxa de frango no forno com massa ^{1;3;12} Legumes estufados Igual ao geral Laranja	
SABADO	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA			
Domingo	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA			

*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 RIJA, 9. AIPO E DERIVADOS, 10. MOSTARDA E DERIVADOS, 11. SEMENTES DE SÊSAMO, 12.SO2 E SULFITOS, 13. TREMOÇO E 14. MOLUSCOS.



Brejo, 26 de dezembro de 2024. Nota: ementa pode ser sujeita a alterações. A Nutricionista carteira profissional nº 0877N Ordem dos Nutricionistas: