

Centro Social Paroquial da Borralha

Serviço de Ementas

Na SEMANA de 01 a 02 Março 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.</p> <p>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			
SEXTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA			
SABADO	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		<p>Sopa de couve roxa Peixe vermelho no forno com batata e brócolos⁴ Igual ao geral Banana</p>	
Domingo	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		<p>Sopa de feijão-verde Hambúrguer misto c/ arroz branco, batata frita^{1;3;6;7;8}. Alfance Igual ao geral Leite-creme^{1;3;6;7;8} /Maçã assada</p>	

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




Breio, 28 de Fevereiro de 2025 Nota: ementa pode ser suieita a alterações. A Nutricionista carteira profissional nº 0877N Ordem dos Nutricionistas:

Centro Social Paroquial da Borralha

Serviço de Ementas

Na SEMANA de 03 a 09 de Março 2025

DIAS		ALMOÇOS DA INFÂNCIA	ALMOÇOS DOS SÊNIORES	REFEIÇÃO DA RESIDÊNCIA AUTÔNOMA
SEGUNDA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa de couve lombarda Bife de frango grelhado com arroz Primavera Igual ao geral 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		Caldo verde ¹² Rojões com batata cozida e hortaliça ¹² Frango cozido com batata, cenoura e hortaliça Laranja	
QUARTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de feijão-frade e nabiças Atum com salada russa ^{3;4} Abrótea cozida com batata, ovo e legumes ^{3;4} Banana	Sopa de feijão-frade e nabiças Atum com salada russa ^{3;4} Abrótea cozida com batata, ovo e legumes ^{3;4} Banana	
QUINTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de abobora com couve-flor Feijoada com arroz branco ¹² Frango cozido com batata, cenoura e couve Clementina	Sopa de abobora com couve-flor Feijoada com arroz branco ¹² Frango cozido com batata, cenoura e couve Clementina	
SEXTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de alho francês Pescada cozida com todos ^{3;4} Igual ao geral Banana	Sopa de alho francês Pescada cozida com todos ^{3;4} Igual ao geral Banana	
SABADO	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa de espinafres Biqueirão frito com arroz de tomate ^{1;4;3} Alface e cebola ¹² Peixe vermelho forno ao natural c/arroz branco ⁴ .Alface e cebola ¹² Maçã assada	
Domingo	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa Juliana Frango no forno com batata assada e arroz ¹² Alface ¹² Frango no forno ao natural com arroz branco Alface ¹² Arroz Doce ^{1;3;6;7;8} /Pera cozida	

*OS PRODUTOS CONFECCIONADOS NESTA INSTITUIÇÃO PODEM CONTER NA SUA FORMULAÇÃO OS SEGUINTES 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, 28 Fevereiro de 2025. 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 10 a 16 Março de 2025

DIAS		ALMOÇOS DA INFÂNCIA	ALMOÇOS DOS SÊNIORES	REFEIÇÃO DA RESIDÊNCIA AUTÔNOMA
SEGUNDA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de couve coração Barritas de peixe no forno com arroz de cenoura ^{1;3;4;6;7;8} Igual ao geral Banana	Sopa de couve coração Barritas de peixe no forno com arroz de cenoura ^{1;3;4;6;7;8} Solha cozida com batata e legumes ⁴ Banana	O JANTAR DA RESIDÊNCIA É O PRATO PRINCIPAL DO ALMOÇO, ALTERNANDO O ACOMPANHAMENTO. Nota: Disponibilizamos ementas vegetarianas caso esteja interessado contatar os serviços.
TERÇA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Canja ^{1;3} Almôndegas com esparguete ^{1;3;6;7;8;12} Alface, cenoura e milho ¹² Frango cozido com batata e legumes Clementina	Canja ^{1;3} /Sopa de legumes (diabético) Favas à Portuguesa ¹² Frango cozido com batata e legumes Clementina	
QUARTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de feijão-verde Filetes com arroz de tomate e feijão ^{1;3;4} Alface ¹² Filetes gratinados no forno com arroz branco ⁴ Alface ¹² Maçã	Sopa de feijão-verde Filetes com arroz de tomate e feijão ^{1;3;4} Alface ¹² Filetes gratinados no forno com arroz branco ⁴ Alface ¹² Maçã	
QUINTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de legumes Coxa de frango no forno com esparguete ^{1;3;6;12} Alface ¹² Igual ao geral Pera	Sopa de legumes Coxa de frango no forno com esparguete ^{1;3;6;12} Alface ¹² Igual ao geral Pera	
SEXTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de grão com espinafres Pescada com natas ^{1;4;7} Tomate ¹² Pescada cozida com todos ^{3;4} Maçã	Sopa de grão com espinafres Pescada com natas ^{1;4;7} Tomate ¹² Pescada cozida com todos ^{3;4} Maçã assada	
SABADO	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa de couve lombarda Solha no forno com batata e brócolos ⁴ Igual ao geral Laranja	
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 ALERGÉNICOS: 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



Breio, 28 de Fevereiro de 2025 Nota: ementa pode ser suieita a alterações. A Nutricionista carteira profissional nº 0877N Ordem dos Nutricionistas:

Centro Social Paroquial da Borralha

Serviço de Ementas

Na SEMANA de 17 a 23 Março de 2025

DIAS		ALMOÇOS DA INFÂNCIA	ALMOÇOS DOS SÉNIORES	REFEIÇÃO DA RESIDÊNCIA AUTÔNOMA
SEGUNDA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de alho francês Jardineira de frango ¹² Iguar ao geral Clementina	Sopa de alho francês Isclas de fígado de cebolada com batata cozida ¹² .Legumes Jardineira de frango Clementina	O JANTAR DA RESIDÊNCIA É O PRATO PRINCIPAL DO ALMOÇO. ALTERNANDO O ACOMPANHAMENTO. Nota: Disponibilizamos ementas vegetarianas caso esteja interessado contatar os serviços.
TERÇA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de couve coração Atum com grão, ovo e batata ^{3;4} Tomate ¹² Pescada cozida com batata, ovo e couve ^{3;4} Gelatina	Sopa de couve coração Atum com grão, ovo e batata Tomate Pescada cozida com batata, ovo e couve ^{3;4} Gelatina	
QUARTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Caldo verde ¹² Carne de porco à Portuguesa ¹² Alface e tomate ¹² Carne de porco cozido com batata, cenoura e couve Laranja	Caldo verde ¹² Carne de porco à Portuguesa ¹² Alface e tomate Carne de porco cozido com batata, cenoura e couve Laranja	
QUINTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de espinafres Febra estufada com arroz branco ¹² Couve salteada ¹² Febra estufada simples com arroz branco Couve salteada Banana	Sopa de espinafres Dobrada com arroz branco ¹² Febra estufada simples com arroz branco. Couve salteada Banana	
SEXTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de abobora com couve-flor Massa com bacalhau à Barrão ^{1;3;4} Peixe vermelho cozido com batata e feijão-verde ⁴ Maçã	Sopa de abobora com couve-flor Massa com bacalhau à Barrão ^{1;3;4} Peixe vermelho cozido com batata e feijão-verde ⁴ Maçã	
SABADO	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa de feijão-verde Pescada frita com arroz de legumes ^{1;4} Tomate ¹² Pescada cozida com batata e couve ⁴ Clementina	
Domingo	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa Juliana Peru no forno com batata assada ¹² Nabiças cozidas Iguar ao geral Ovo estrelado /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, 28 Fevereiro de 2025. 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 24 a 30 Março de 2025

DIAS		ALMOÇOS DA INFÂNCIA	ALMOÇOS DOS SÊNIORES	REFEIÇÃO DA RESIDÊNCIA AUTÓNOMA
SEGUNDA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de couve Massa à Lavrador ^{1;3;12} Frango cozido com batata, cenoura e couve Maçã	Sopa de couve Massa à Lavrador ^{1;3;12} Frango cozido com batata, cenoura e couve Maçã	<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 espinafres Peixe vermelho no forno com batata e legumes ⁴ Igual ao geral Laranja	Sopa de espinafres Peixe vermelho no forno com batata e legumes ⁴ Igual ao geral Laranja	
QUARTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de feijão-verde Coxa de frango no forno c/ batata assada e salada de alface e tomate ¹² Igual ao geral Pera	Sopa de feijão-verde Coxa de frango no forno c/ batata assada e salada de alface e tomate ¹² Igual ao geral Pera	
QUINTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa de feijão com couve Empadão de carne ^{1;3;7} Salada de alface e couve roxa ¹² Carne de porco cozida com batata, cenoura e couve Clementina	Sopa de feijão com couve Empadão de carne Carne de porco cozida com batata, cenoura e couve Clementina	
SEXTA FEIRA	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA	Sopa Juliana Meia desfeita de bacalhau com grão, ovo, batata e brócolos ^{3;4} Igual ao geral Pera	Sopa Juliana Meia desfeita de bacalhau com grão, ovo, batata e brócolos ^{3;4} Igual ao geral Pera	
SABADO	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa de alho francês Peixe vermelho no forno com arroz branco e brócolos ⁴ Igual ao geral Banana	
Domingo	SOPA PRATO NORMAL DIETA SOBREMESA		Sopa de legumes Costeleta estufada com batata, cenoura e grelos Carne de porco cozido com batata, cenoura e grelos 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 RÍJA, 9.AIPO E DERIVADOS, 10.MOSTARDA E DERIVADOS, 11.SEMENTES DE SÉSAMO, 12.SO2 E SULFITOS, 13.TREMOÇO E 14.MOLUSCOS.

Brejo, 29 Fevereiro de 2024 Nota: ementa pode ser sujeita a alterações. A Nutricionista carteira profissional nº 0877N Ordem dos Nutricionistas: