

Centro Social da Foz do Douro

Centro de Dia / SAD

Semana de 30 de março a 3 de abril de 2026

Almoço

Segunda

Sopa	Sopa à Lavrador ^{7,12}
Prato	Paloco à nossa moda com legumes ^{3,4}
Dieta	Escamudo assado ao natural com batata e legumes ⁴
Sobremesa	Fruta da época

Terça

Sopa	Sopa de cenoura ^{7,12}
Prato	Empadão de alheira e espinafres ^{1,3,6,7,12}
Dieta	Perna de frango estufada ao natural com batata e legumes
Sobremesa	Fruta da época

Quarta

Sopa	Caldo verde ^{1,6,7,12}
Prato	Lasanha de legumes ^{1,3,6,7,10}
Dieta	Massa de peixe estufada ao natural com legumes ^{1,3,4}
Sobremesa	Fruta da época

Quinta

Sopa	Creme de legumes^{7,12}
Prato	Peru assado com batata assada e salada¹²
Dieta	Peru assado ao natural com batata e legumes
Sobremesa	Salada de fruta

Sexta**FERIADO****Feliz Páscoa!**

Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:¹Cereais que contêm glúten, ²Ovos, ³Peixes, ⁴Soja, ⁵Leite,¹⁰Mostarda, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2019), e a informação disponibilizada pelos fornecedores.



siga-nos aqui:

www.itau.pt itaualimentacao itaualimentacao 