



Ementa – Refeitório/ Lar Residencial/ Residência Autônoma

Semana de 08 a 14 de junho de 2026

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª Feira	Sábado	Domingo
Pequeno-almoço	Leite com cevada e pão com manteiga (1,7)	Leite com cevada e pão com chourição (1,6,7,12)	Leite com cevada e pão com queijo (1,7)	Leite com cevada e pão com fiambre (1,6,7)	Leite com cevada e pão com queijo (1,7)	Leite com cevada e pão com manteiga (1,7)	Leite com cevada e pão com marmelada (1,12)
Sopa	Sopa de legumes	Sopa feijão verde	Sopa de brócolos	Sopa de couve com feijão	Sopa de ervilhas	Sopa de alho francês	Sopa de espinafres
Almoço	Jardineira de carne de porco (12)	Arroz de potas com salada mista (2,4,14)	Coxas de frango assadas no forno com massa espiral e legumes salteados (1)	Salada russa de atum (3,4)	Stroganoff de frango com cogumelos, arroz e salada mista (7)	Massada de peixe e salada mista (1,2,3,4,5,12)	Frango assado no forno com batata assada e cenoura
Sobremesa	Fruta da época	Fruta assada	Fruta da época	Fruta da época	Papas de abóbora (1,7)	Fruta da época	Fruta da época
Lanche	iogurte (7) + fruta	Leite com cereais (1,7,8)	Leite com cevada e tostas (1,7)	iogurte (7) + fruta	Chá e bolachas (1)	Leite com cereais (1,7,8)	iogurte (7) + fruta
Jantar	Sopa de peixe (4)	Bifana de porco estufada com batata cozida e cenoura (7,12)	Salada de delícias do mar (1,2,3,4,6)	Sopa enriquecida com carne	Red fish cozido com batata, ovo e couve-flor (4,12)	Perna de peru assada com arroz e brócolos (12)	Douradinhos de pescada no forno com arroz de tomate e salada mista (1,3,7,10)
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta assada	Fruta da época	Fruta da época

A Ementa pode sofrer alterações de última hora.

Afixado a: 3/6/26

Nutricionista (CP: 2242N):

Inês B

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹ Cereais que Contêm Glúten, ² Crustáceos, ³ Ovos, ⁴ Peixes, ⁵ Amendoins, ⁶ Soja, ⁷ Leite, ⁸ Frutos de Casca Rija, ⁹ Alpo, ¹⁰ Mostarda, ¹¹ Sementes De Sésamo, ¹² Dióxido de Enxofre e Sulfitos, ¹³ Tremogo, ¹⁴ Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Comissão de Apoio Social e Desenvolvimento de Santa Catarina - CASDSC

Rua Social, n.º 1 - Santa Catarina, 3840-572 Vagos

☎234783936, 961447777

✉casdsc@casdsc.pt

🌐www.casdsc.pt



Ementa – SQAQ

Semana de 08 a 14 de junho de 2026

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª Feira	Sábado	Domingo
Pequeno-almoço	Leite com cevada e pão com manteiga (1,7)	Leite com cevada e pão com chourição (1,5,7,12)	Leite com cevada e pão com queijo (1,7)	Leite com cevada e pão com fiambre (1,5,7)	Leite com cevada e pão com queijo (1,7)	Leite com cevada e pão com manteiga (1,7)	Leite com cevada e pão com marmelada (1,12)
Sopa	Sopa de legumes	Sopa feijão verde	Sopa de brócolos	Sopa de couve com feijão	Sopa de ervilhas	Sopa de alho francês	Sopa de espinafres
Almoço	Jardineira de carne de porco (12)	Arroz de potas com salada mista (2,4,14)	Coxas de frango assadas no forno com massa espiral e legumes salteados (1)	Salada russa de atum (3,4)	Tiras de frango estufadas com cogumelos, arroz e salada mista (7)	Massada de peixe e salada mista (1,2,3,4,5,12)	Frango assado no forno com batata assada e cenoura
Sobremesa	Fruta da época	Fruta assada	Fruta da época	Fruta da época	Papas de abóbora (1,7)	Fruta da época	Frutas da época
Lanche	Chá e pão com fiambre (1,5,7)	iogurte e pão com manteiga (1,7)	Leite com cevada e tostas (1,7)	iogurte e pão com chourição (1,5,7,12)	Chá e bolachas (1)	Leite com cevada e pão com queijo (1,7)	iogurte e pão com manteiga (1,7)
Jantar	Sopa de peixe (4)	Bifana de porco estufada com batata cozida e cenoura (7,12)	-	Sopa enriquecida com carne	Red fish cozido com batata, ovo e couve-flor (4,12)	Perna de peru assada com arroz e brócolos (12)	Douradinhos de pescada no forno com arroz de legumes e salada mista (1,3,7,10)
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta assada	Fruta da época	-

A Ementa pode sofrer alterações de última hora.

Afixado a: 3/6/26

Nutricionista(CP: 2242N): lms B

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹ Cereais que Contêm Glúten, ² Crustáceos, ³ Ovos, ⁴ Peixes, ⁵ Amendoados, ⁶ Soja, ⁷ Leite, ⁸ Frutos de Casca Rija, ⁹ Alpo, ¹⁰ Mostarda, ¹¹ Sementes De Sésamo, ¹² Dióxido de Enxofre e Sulfitos, ¹³ Tremoço, ¹⁴ Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

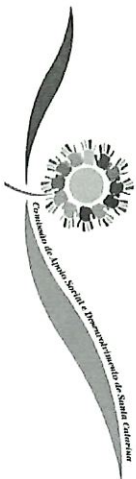
Comissão de Apoio Social e Desenvolvimento de Santa Catarina - CASDSC

Rua Social, n.º 1 - Santa Catarina, 3840-572 Vagos

☎2344783936, 961447777

✉casdsc@casdsc.pt

🌐www.casdsc.pt



Ementa – Centro de dia

Semana de 08 a 14 de junho de 2026

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª Feira
Pequeno-almoço	Leite com cevada e pão com manteiga ^(1,7)	Leite com cevada e pão com chourição ^(1,6,7,12)		Leite com cevada e pão com fiambre ^(1,6,7)	Leite com cevada e pão com queijo ^(1,7)
Suplemento	Chá + 2 tostas ⁽¹⁾	Chá + 2 bolachas ⁽¹⁾		Chá + 2 bolachas ⁽¹⁾	Chá + 2 tostas ⁽¹⁾
Sopa	Sopa de legumes	Sopa feijão verde	Feriado	Sopa de couve com feijão	Sopa de ervilhas
Almoço	Jardineira de carne de porco ⁽¹²⁾	Arroz de potas com salada mista ^(2,4,14)		Salada russa de atum ^(3,4)	Strogonoff de frango com cogumelos, arroz e salada mista ⁽⁷⁾
Sobremesa	Fruta da época	Fruta assada		Fruta da época	Papas de abóbora ^(1,7)
Lanche	Chá e pão com fiambre ^(1,6,7)	Leite com cereais ^(1,7,8)		iogurte e pão com chourição ^(1,6,7,12)	Chá e bolachas ⁽¹⁾

A Ementa pode sofrer alterações de última hora.

Afixado a: 3/6/26

Nutricionista(CP: 2242N):

Lucy P

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹ Cereais que Contêm Glúten, ² Crustáceos, ³ Ovos, ⁴ Peixes, ⁵ Amendoins, ⁶ Soja, ⁷ Leite, ⁸ Frutos de Casca Rija, ⁹ Aipo, ¹⁰ Mostarda, ¹¹ Sementes De Sésamo, ¹² Dióxido de Enxofre e Sulfitos, ¹³ Tremoço, ¹⁴ Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Comissão de Apoio Social e Desenvolvimento de Santa Catarina - CASDSC

Rua Social, n.º 1 - Santa Catarina. 3840-572 Vagos

☎234783936, 961447777

✉casdsc@casdsc.pt

🌐www.casdsc.pt



Ementa – CACI

Semana de 08 a 14 de junho de 2026

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª Feira
Suplemento	Chá + 2 bolachas	Chá + 2 tostas	Feriado	Chá + 2 bolachas	Chá + 2 tostas
Sopa	Sopa de legumes	Sopa feijão verde		Sopa de couve com feijão	Sopa de ervilhas
Almoço	Jardineira de carne de porco (6,12)	Arroz de potas com salada mista (2,4,14)		Salada russa de atum (3,4)	Stroganoff de frango com cogumelos, arroz e salada mista (7)
Sobremesa	Fruta da época	Fruta assada		Fruta da época	Papas de abóbora (1,7)
Lanche	logurte (7) + fruta	Leite com cereais (1,7,8)		logurte (7) + fruta	Chá e bolachas (1)

A Ementa pode sofrer alterações de última hora.

Afixado a: 3/6/25

Nutricionista (CP: 2242N): lves B

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹ Cereais que Contêm Glúten, ² Crustáceos, ³ Ovos, ⁴ Peixes, ⁵ Amendoins, ⁶ Soja, ⁷ Leite, ⁸ Frutos de Casca Rija, ⁹ Alpo, ¹⁰ Mostarda, ¹¹ Sementes De Sésamo, ¹² Dióxido de Enxofre e Sulfitos, ¹³ Tremoço, ¹⁴ Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Comissão de Apoio Social e Desenvolvimento de Santa Catarina - CASDSC

Rua Social, n.º 1 - Santa Catarina, 3840-572 Vagos

☎ 234783936, 961447777

✉ @casdsc@casdsc.pt

🌐 www.casdsc.pt



Ementa – Dieta

Semana de 08 a 14 de junho de 2026

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª Feira	Sábado	Domingo
Pequeno-almoço	Leite com cevada e pão com manteiga (1,7)	Leite com cevada e pão com chourição (1,6,7,12)	Leite com cevada e pão com queijo (1,7)	Leite com cevada e pão com fiambre (1,6,7)	Leite com cevada e pão com queijo (1,7)	Leite com cevada e pão com manteiga (1,7)	Leite com cevada e pão com fiambre (1,6,7)
Sopa	Sopa de legumes	Sopa feijão verde	Sopa de brócolos	Sopa de couve com feijão	Sopa de ervilhas	Sopa de alho francês	Sopa de espinafres
Almoço	Jardineira de frango (estufado simples) (1,2)	Arroz de potas (simples) com salada mista (2,4,14)	Coxas de frango assadas no forno com massa espiral e legumes cozidos (1)	Salada russa de atum (3,4)	Tiras de frango estufadas com cogumelos, arroz e salada mista (1,2)	Massada de peixe e salada mista (1,4,12)	Frango assado no forno com batata assada e cenoura
Sobremesa	Fruta da época	Fruta assada	Fruta da época	Fruta da época	Gelatina light	Fruta da época	Fruta da época
Lanche	iogurte (7) + fruta	Leite com cereais (1,7,8)	Leite com cevada e tostas (1,7)	iogurte (7) + fruta	Chá e bolachas (1)	Leite com cereais (1,7,8)	iogurte (7) + fruta
Jantar	Sopa de peixe (4)	Bifana de porco estufada com batata cozida e cenoura (7,12)	Salada de delicias do mar (1,2,3,4,6)	Sopa enriquecida com carne	Red fish cozido com batata, ovo e couve-flor (3,4)	Perna de peru assada com arroz e brócolos (1,2)	Douradinhos de pescada no forno com arroz de tomate e salada mista (1,3,7,10)
Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta assada	Fruta da época	Fruta da época

A Ementa pode sofrer alterações de última hora.

Afixado a: 3/6/26

Nutricionista(CP: 2242N): Luís B

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹ Cereais que Contêm Glúten, ² Crustáceos, ³ Ovos, ⁴ Peixes, ⁵ Amendoados, ⁶ Soja, ⁷ Leite, ⁸ Frutos de Casca Rija, ⁹ Aipo, ¹⁰ Mostarda, ¹¹ Sementes De Sésamo, ¹² Dióxido de Enxofre e Sulfitos, ¹³ Tremoço, ¹⁴ Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.



Ementa – Berçário

Semana de 08 a 14 de junho de 2026

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª Feira
Suplemento	Maçã (cozida)	Pera (cozida)		Maçã (cozida)	Pera (cozida)
Fruta	Banana	Maçã (cozida)		Banana	Maçã (cozida)
Almoço	Batata + cebola + cenoura + couve + frango	Batata + cebola + abóbora + feijão verde + pescada	Feriado	Batata + cebola + abóbora + alface + red fish	Batata + cebola + cenoura + couve-flor + peru
Lanche	iogurte natural	Leite + fruta		iogurte natural	Papas
Suplemento	Pera (cozida)	Banana		Pera (cozida)	Banana

A Ementa pode sofrer alterações de última hora.

Afixado a: 3/6/26

Nutricionista (CP: 2242N): Luís B

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹ Cereais que Contêm Glúten, ² Crustáceos, ³ Ovos, ⁴ Peixes, ⁵ Amendoins, ⁶ Soja, ⁷ Leite, ⁸ Frutos de Casca Rija, ⁹ Aipo, ¹⁰ Mostarda, ¹¹ Sementes De Sésamo, ¹² Dióxido de Enxofre e Sulfitos, ¹³ Tremoço, ¹⁴ Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Comissão de Apoio Social e Desenvolvimento de Santa Catarina - CASDSC

Rua Social, n.º 1 - Santa Catarina, 3840-572 Vagos

☎234783936, 961447777

✉casdsc@casdsc.pt

🌐www.casdsc.pt



Ementa – Sala 1 ano/ Transição

Semana de 08 a 14 de junho de 2026

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª Feira
Suplemento alimentar	Fruta	Fruta		Fruta	Fruta
Fruta/ Sobremesa	Pera	Maçã		Banana	Tangerina
Sopa	Sopa de legumes	Sopa feijão verde		Sopa de couve com feijão	Sopa de ervilhas
Almoço	Jardineira de frango (estufado simples) (1,2)	Arroz de potas (simples) com salada mista (2,4,14)	Feriado	Salada russa de atum (3,4)	Tiras de frango estufadas com cogumelos, arroz e salada mista (1,2)
Lanche	logurte (7) Pão com manteiga de amendoim (1,5,6,7,8) Tangerina	Leite (7) Cereais de milho (1,8)		Leite (7) Pão com queijo creme (1,7) Laranja	logurte (7) Pão com manteiga de amendoim (1,5,6,7,8) Maçã
Suplemento alimentar	Bolachas de arroz	Bolachas de arroz		Bolachas de arroz	Bolachas de arroz

Nota: Sem sobremesa para menores de 3 anos.

A Ementa pode sofrer alterações de última hora.

Afixado a: 2 / 6 / 26

Nutricionista (CP: 2242N) Lucas B

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹ Cereais que Contêm Glúten, ² Crustáceos, ³ Ovos, ⁴ Peixes, ⁵ Amendoins, ⁶ Soja, ⁷ Leite, ⁸ Frutos de Casca Rija, ⁹ Aipo, ¹⁰ Mostarda, ¹¹ Sementes De Sésamo, ¹² Dióxido de Enxofre e Sulfitos, ¹³ Tremoço, ¹⁴ Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

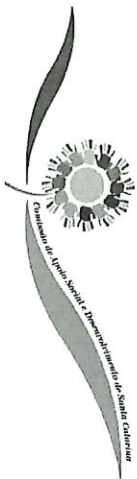
Comissão de Apoio Social e Desenvolvimento de Santa Catarina - CASDSC

Rua Social, n.º 1 - Santa Catarina, 3840-572 Vagos

☎ 234783936, 961447777

✉ casdsc@casdsc.pt

🌐 www.casdsc.pt



Ementa – Pré-escolar/ JAAAF/ CATT

Semana de 08 a 14 de junho de 2026

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Suplemento alimentar	Fruta com 1 ou 2 bolachas ⁽¹⁾	Fruta com 1 ou 2 bolachas ⁽¹⁾		Fruta com 1 ou 2 bolachas ⁽¹⁾	Fruta com 1 ou 2 bolachas ⁽¹⁾
Sobremesa	Pera	Maçã		Banana	Papas de abóbora ^(1,7)
Sopa	Sopa de legumes	Sopa feijão verde	Feriado	Sopa de couve com feijão	Sopa de ervilhas
Almoço	Jardineira de carne de porco ^(1,2)	Arroz de potas com salada mista ^(2,4,14)		Salada russa de atum ^(3,4)	Cachorro ^(1,6,7,10)
Lanche	logurte ⁽⁷⁾ Pão com fiambre ^(1,6,7) Tangerina	Leite ⁽⁷⁾ Cereais ⁽¹⁾		Leite ⁽⁷⁾ Pão com queijo creme ^(1,7) Laranja	logurte ⁽⁷⁾ Pão com chourição ^(1,6,7,12) Maçã
Suplemento alimentar	Bolachas ⁽¹⁾ + Banana	Bolachas ⁽¹⁾ + pera		Bolachas ⁽¹⁾ + pera	Bolachas ⁽¹⁾ + banana

Nota: Sem sobremesa para menores de 3 anos.

A Ementa pode sofrer alterações de última hora.

Afixado a: 3/6/26

Nutricionista (CP: 2242N): lars B

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹ Cereais que Contêm Glúten, ² Crustáceos, ³ Ovos, ⁴ Peixes, ⁵ Amendoins, ⁶ Soja, ⁷ Leite, ⁸ Frutos de Casca Rija, ⁹ Aipo, ¹⁰ Mostarda, ¹¹ Sementes De Sésamo, ¹² Dióxido de Enxofre e Sulfitos, ¹³ Tremoço, ¹⁴ Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Comissão de Apoio Social e Desenvolvimento de Santa Catarina - CASDSC

Rua Social, n.º 1 - Santa Catarina, 3840-572 Vagos

☎ 234783936, 961444777

✉ casdsc@casdsc.pt

🌐 www.casdsc.pt