

**EMENTA 6**



SANTA CASA DA  
MISERICÓRDIA DE  
PONTE DE LIMA

**CANTINA SOCIAL**

Visto

29/09/21

O Provedor,

**DE 04 A 10 DE outubro DE 2021**

**Segunda - feira**

**Almoço:** Creme de Tomate com alho fracês + Peixe cozido com batatas e feijão-verde + Fruta

**Jantar:** Sopa de Curgete + Empadão de Atum com Salada de Cenoura e Pepino + Fruta

**Terça - feira**

**Almoço:** Sopa de Legumes + Ovos escalfados com arroz de legumes + Fruta

**Jantar:** Sopa de Bróculos + Arroz de Carne e Salada + Fruta

**Quarta - feira**

**Almoço:** Sopa de couve-flor + Bife de peru estufada com massa e couve-de-bruxelas + Fruta

**Jantar:** Sopa de Cenoura + Pescada Assada com Batata Corada e Tomate + Fruta

**Quinta - feira**

**Almoço:** Sopa de feijão + Peixe estufado com puré e cenoura ralada + Fruta

**Jantar:** Sopa de Repolho + Rojões Estufados com Batata Cozida e Feijão-Verde Salteado + Fruta

**Sexta - feira**

**Almoço:** Creme de bróculos com couve branca + Rojões com arroz e tomates às fatias + Fruta

**Jantar:** Sopa de Grão + Massa com Delicias, Tomate, Milho e Ananás + Fruta

**Sábado**

**Almoço:** Sopa de Feijão-Verde + Salada de Grão de Bico Bacalhau + Fruta

**Jantar:** Sopa de Couve-Flor + Esparguete à Bolonhesa com Salada + Fruta

**Domingo**

**Almoço:** Sopa de Penca + Lombo estufado com Batata Estufada Arroz e Salada de Alface + Fruta

**Jantar:** Macedónia de Legumes + Tortilha de Cogumelos e Fiambre com Alface + Fruta