

EMENTA 3

SANTA CASA DA
MISERICÓRDIA DE
PONTE DE LIMA

CANTINA SOCIAL

Visto

24/04/24

O Provedor,

DE 29 DE abril A 05 DE maio DE 2024**Segunda - feira****Almoço:** Sopa de Legumes + Ovos escalfados com ervilhas e arroz branco + Fruta³**Jantar:** Sopa de abóbora + Moelas estufadas com batata cozida e ervilhas cozidas + Fruta¹²**Terça - feira****Almoço:** Sopa de Couve-flor + Peito de peru assado com massa espiral e salada de alface e cenoura + Fruta^{1'3'12}**Jantar:** Sopa de grão e couve + Pescada assada com batata frita e tomate às fatias + Fruta^{4'12}**Quarta - feira****Almoço:** Sopa de Feijão + Salmão grelhado com puré de batata e feijão-verde salteado + Fruta^{4'7}**Jantar:** Sopa de brócolos + Arroz à valenciana + Fruta^{6'9}**Quinta - feira****Almoço:** Sopa de Grão + Rojões de porco estufados com arroz branco e salada de pepino e tomate + Fruta¹²**Jantar:** Sopa de curgete e feijão-manteiga + Empadão de atum com legumes (milho, repolho e cenoura) + Fruta^{4'7}**Sexta - feira****Almoço:** Sopa de Brócolos + Filetes de pescada fritos com esparguete e repolho cozido + Fruta^{1'3'4'6'7'10}**Jantar:** Sopa de couve-portuguesa com feijão vermelho + Arroz de frango com couve branca cozida + Fruta**Sábado****Almoço:** Juliana de Legumes + Salada de feijão-miúdo com tomate, cenoura, atum e ovo + Fruta^{3'4'12}**Jantar:** Sopa de nabo + Massa à lavrador (cubos de porco, macarrão, feijão vermelho e couve) + Fruta^{1'3}**Domingo****Almoço:** Canja + Carne de vaca estufada com ervilhas, arroz branco e batata assada + Fruta**Jantar:** Sopa de couve-lombarda + Massada de pescada com feijão-verde e cenoura + Fruta^{1'3'4}