

## EMENTA 7



SANTA CASA DA  
MISERICÓRDIA DE  
PONTE DE LIMA

### CANTINA SOCIAL

Visto

17/03/26

O Provedor,

DE 30 DE março A 05 DE abril DE 2026

#### Segunda - feira

**Almoço:** Sopa de Legumes + Abrótea estufada com massa tricolor, cenoura e feijão-verde + Fruta<sup>1/3/4</sup>

**Jantar:** Jantar: Creme de Tomate e Couve branca + Peru estufado com batata assada e ervilhas cozidas + Fruta

#### Terça - feira

**Almoço:** Sopa de Couve-lombarda + Arroz de pato com tomate às fatias + Fruta

**Jantar:** Sopa de Ervilhas + Bacalhau à Brás com repolho cozido + Fruta<sup>3/4</sup>

#### Quarta - feira

**Almoço:** Sopa Grão com Nabijas + Cavala assada com batata estufada e feijão verde salteado + Fruta<sup>4</sup>

**Jantar:** Sopa de Curgete e Lentilhas + Entrecosto estufado com arroz branco e salada de alface e cenoura + Fruta<sup>12</sup>

#### Quinta - feira

**Almoço:** Sopa de Espinafres + Perna de frango estufada com esparguete e salada de couve roxa + Fruta<sup>1/3</sup>

**Jantar:** Sopa de Couve-lombarda + Peru estufado com esparguete e salada de alface e cebola + Fruta<sup>1/3/12</sup>

#### Sexta - feira

**Almoço:** Caldo Verde + Atum estufado com cenoura e arroz de ervilhas + Fruta<sup>4</sup>

**Jantar:** Sopa de Curgete e Lentilhas + Salmão assado com batata cozida e salada de alface e cebola + Fruta<sup>4/12</sup>

#### Sábado

**Almoço:** Sopa de Nabo com Feijão vermelho + Pescada com ovo e batata cozida e legumes salteados + Fruta<sup>3/4</sup>

**Jantar:** Sopa de Legumes + Peito de frango estufado com esparguete e couves-de-bruxelas salteadas + Fruta<sup>1/3</sup>

#### Domingo

**Almoço:** Canja + Cabrito estufado com batata assada, arroz e salada de tomate e pepino + Pera<sup>12</sup>

**Jantar:** Sopa de Alho-francês + Caldeirada de peixe c/ legumes (cenoura, curgete, pimento) e arroz branco + Fruta<sup>4</sup>