

**EMENTA 5**



SANTA CASA DA  
MISERICÓRDIA DE  
PONTE DE LIMA

**CANTINA SOCIAL**

Visto

3 / 07 / 26

O Provedor,

**DE 06 A 12 DE julho DE 2026**

**Segunda - feira**

**Almoço:** Creme de Cenoura + Salada de grão-de-bico com bacalhau, ovo, batata e cebola + Fruta<sup>3/4</sup>

**Jantar:** Sopa de abóbora + Arroz de carnes com salada de cenoura e pimento + Fruta<sup>12</sup>

**Terça - feira**

**Almoço:** Sopa de Nabo + Vitela assada com arroz branco e salada de cenoura e pepino + Fruta<sup>12</sup>

**Jantar:** Sopa de Feijão + Massa com atum, delícias, ovo cozido e couve coração + Fruta<sup>3/4</sup>

**Quarta - feira**

**Almoço:** Sopa de Coração + Sardinha assada com batata cozida e salada de pimento e tomate + Fruta<sup>4/12</sup>

**Jantar:** Sopa de feijão-verde + Bife de peru grelhado com arroz branco e brócolos cozidos + Fruta

**Quinta - feira**

**Almoço:** Sopa de Legumes + Massa de frango com feijão vermelho, couve branca e pimento + Fruta<sup>1/3</sup>

**Jantar:** Sopa de Abóbora e Feijão + Peixe vermelho estufado com puré de batata e salada de alface e tomate + Fruta<sup>4/7</sup>

**Sexta - feira**

**Almoço:** Creme de Ervilhas + Caldeirada de pescada com cenoura e pimento e batata cozida + Fruta<sup>4</sup>

**Jantar:** Sopa de brócolos + Rissóis de carne com esparguete e salada de alface e pimento + Fruta<sup>1/2/3/4/6/7/10/11/12</sup>

**Sábado**

**Almoço:** Sopa de Espinafres + Feijoada (porco, feijão branco e repolho) com arroz branco + Fruta

**Jantar:** Sopa de penca + Massada de peixe com couve branca e alho-francês + Fruta<sup>1/3/4</sup>

**Domingo**

**Almoço:** Canja + Bacalhau de Cebolada com batata estufada, arroz cozido e brócolos cozidos + Fruta<sup>4</sup>

**Jantar:** Sopa de cenoura + Omelete de fiambre com arroz de legumes (feijão-verde e cenoura) + Fruta<sup>3/6/9</sup>