

EMENTA 2



SANTA CASA DA
MISERICÓRDIA DE
PONTE DE LIMA

CANTINA SOCIAL

Visto

28/10/26

O Provedor,

DE 02 A 08 DE novembro DE 2026

Segunda - feira

Almoço: Creme de Couve-Flor + Bacalhau à Gomes de Sá com repolho cozido + Fruta^{3/4}

Jantar: Sopa de Nabijas + Bife de peru grelhado com arroz branco e couve roxa raspada + Fruta¹²

Terça - feira

Almoço: Sopa de Espinafres e Grão + Bife de frango estufado com esparguete e salada de pepino + Fruta^{1/3/12}

Jantar: Sopa de Feijão-verde + Solha assada com arroz de cenoura e tomate às fatias + Fruta^{4/12}

Quarta - feira

Almoço: Sopa de Alho-francês + Filetes de pescada fritos com arroz de tomate e salada + Fruta^{1/3/4/6/7/8/11/12}

Jantar: Sopa de Coração + Massa de peru com ervilhas, cenoura e couve-de-bruxelas + Fruta^{1/3}

Quinta - feira

Almoço: Creme de Abóbora + Rancho (vaca, grão-de-bico, massa, cenoura e couve portuguesa) + Fruta^{1/3}

Jantar: Sopa de Curgete e Feijão branco + Massa de atum com cenoura e feijão-verde + Fruta^{1/3/4}

Sexta - feira

Almoço: Sopa de Nabo e Feijão vermelho + Peixe vermelho estufado com batata assada e brócolos + Fruta⁴

Jantar: Caldo Verde + Arroz de pato com salada de pepino e cenoura + Fruta¹²

Sábado

Almoço: Sopa de Penca + Caldeirada de pescada com legumes com batatas cozidas + Fruta⁴

Jantar: Sopa de Tomate + Salada de salsichas, ovo cozido com massa e feijão-verde + Fruta^{1/3/6/9}

Domingo

Almoço: Caldo Verde + Coxa de peru assada com batata, arroz branco e salada de tomate + Fruta¹²

Jantar: Sopa de Brócolos e Lentilhas + Abrótea estufada com puré de batata e cenoura cozida + Fruta^{4/7}