

EMENTA 1



SANTA CASA DA
MISERICÓRDIA DE
PONTE DE LIMA

CANTINA SOCIAL

Visto

23/10/26

O Provedor,

DE 26 DE OUTUBRO A 01 DE NOVEMBRO DE 2026

Segunda - feira

Almoço: Creme de feijão + Bife de peru estufado com arroz de tomate e repolho cozido + Fruta

Jantar: Sopa de Curgete + Douradinhos no forno com massa cozida e cenoura ralada + Fruta^{1/2/3/4/7/12/14}

Terça - feira

Almoço: Sopa de legumes + Salada russa (atum, ovo, batata, ervilha e cenoura) + Fruta^{3/4/12}

Jantar: Sopa de Couve Coração e Feijão + Bife de frango grelhado com arroz branco e couve roxa crua + Fruta¹²

Quarta - feira

Almoço: Sopa de Feijão-verde + Massa meada estufada com frango, feijão manteiga e pimento + Fruta^{1/3}

Jantar: Macedónia de Legumes + Pescada assada com batata cozida e brócolos cozidos + Fruta^{4/12}

Quinta - feira

Almoço: Sopa de Penca + Abrótea estufada com arroz de cenoura e salada de alface + Fruta^{4/12}

Jantar: Sopa de Ervilhas + Perna de peru estufada com batata assada e couve de bruxelas cozidas + Fruta

Sexta - feira

Almoço: Creme de abóbora + Carne de vaca estufada com massa cotovelos, feijão vermelho e couve + Fruta^{1/3/12}

Jantar: Sopa de Cenoura + Arroz de bacalhau com couve tronchuda cozida + Fruta⁴

Sábado

Almoço: Sopa de Espinafres + Solha assada com batata e feijão-verde cozido + Fruta⁴

Jantar: Sopa de Repolho + Frango estufado com massa espiral e salada de alface e cebola + Fruta^{1/3/12}

Domingo

Almoço: Canja + Cabrito estufado com batata assada, arroz e salada de tomate e pepino + Pera¹²

Jantar: Sopa de Couve-flor + Ovos mexidos com fiambre com arroz de cenoura e milho + Fruta^{3/6/12}