EMENTA 6

SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE PONTE DE LIMA

CANTINA SOCIAL

Visto
25/11/26
O Provedor,

DE 30 DE novembro A 06 DE dezembro DE 2026

Segunda - feira

Almoço: Sopa de Nabo + Ovos escalfados com arroz primavera (cenoura, milho e pimento) + Fruta[3]

Jantar: Sopa de Curgete + Abrótea assada com batata cozida e salada de alface + Fruta[4/12]

Terça - feira

Almoço: Sopa de Grão + Caldeirada de pescada com batata e legumes + Fruta[4]

Jantar: Sopa de Brócolos + Bife de peru grelhado com arroz de tomate e cenoura ralada + Fruta[12]

Quarta - feira

Almoço: Creme de Legumes + Vaca estufada com ervilhas e cotovelinhos cozidos + Fruta[1/3]

Jantar: Sopa de Cenoura + Batatas à espanhola com pimento e azeitonas + Fruta[4]

Quinta - feira

Almoço: Sopa de Couve-flor + Pataniscas de bacalhau com arroz de feijão e tomate às fatias + Fruta[1/3/4/6/10]

Jantar: Sopa de Repolho + Rojões estufados com massa cozida e brócolos cozidos + Fruta[1/3]

Sexta - feira

Almoço: Creme de Brócolos + Moelas estufadas com batata cozida e salada de alface e cenoura + Fruta[12]

Jantar: Sopa de Grão + Massa de atum com legumes cozidos + Fruta[1/3/4]

Sábado

Almoço: Sopa de Feijão-Verde + Salmão assado com arroz branco e repolho cozido + Fruta[4/12]

Jantar: Sopa de Couve-flor + Peru assado com massa espiral cozida e tomate às fatias + Fruta[1/3/12]

Domingo

Almoço: Sopa de Penca + Lombo de porco assado com batata assada, arroz branco e salada de alface + Fruta[12]

Jantar: Sopa de Legumes + Peixe vermelho estufado com arroz branco e couve-de-bruxelas cozidas + Fruta[4]