

EMENTA DA SEMANA

EMENTA DE: 20-04 A 24-04-2026



2ª Feira

Sopa: Creme de Legumes

Carne: Bitoque de Porco c/ arroz e batata frita

Peixe: Pescada Gratinada c/ Espinafres

Dieta: Bife de Vaca Grelhado c/ arroz

Vegetariano: Quiche de Legumes

3ª Feira

Sopa: Juliana

Carne: Frango à Passarinho c/ arroz e batata frita

Peixe: Dourada no Forno c/ batata cozida

Dieta: Dourada no Forno c/ batata cozida

Vegetariano: Alho Francês à Brás

4ª Feira

Sopa: Espinafres

Carne: Carne de Porco à Portuguesa c/ arroz e batata frita

Peixe: Lombos de Pescada à Rosa do Adro c/ arroz alegre

Dieta: Lombos de Pescada ao Natural c/ batata e brócolos

Vegetariano: Soja à Bolonhesa

5ª Feira

Sopa: Agrião

Carne: Carne de Vaca Guisada c/ arroz e batata frita

Peixe: Pota à Primavera c/ arroz

Dieta: Bife de Peru Grelhado c/ arroz

Vegetariano: Seitan Panado c/ arroz

6ª Feira

Sopa: Caldo Verde

Carne: Costeletas à Salsicheiro c/ arroz e batata frita

Peixe: Ovos Verdes c/ arroz Primavera

Dieta: Pescada no Forno ao Natural c/ batata e brócolos

Vegetariano: Croquetes de Espinafres c/ arroz

Refeição completa **não sócio** - Sopa+Prato+Sobremesa+Pão = € 7,65

Refeição completa **sócio** - Sopa+Prato+Sobremesa+Pão = € 6,90