



EMENTA - Almoço		
15 a 19 de junho de 2026		
DIA	PRATO	
2ª FEIRA	Sopa	Cenoura
	Prato	Grelhada mista (febra, entremeada e salsicha de porco), arroz branco, feijão-preto estufado e salada mista
	Sobremesa	1 peça de fruta ou doce
3ª FEIRA	Sopa	Couve coração-de-boi
	Prato	Migas de bacalhau com crosta de broa e salsa, batata a murro e salada mista
	Sobremesa	1 peça de fruta ou doce
4ª FEIRA	Sopa	Creme de alho-francês
	Prato	Bifinhos de frango com cogumelos, massa esparguete e feijão-verde cozido
	Sobremesa	1 peça de fruta ou doce
5ª FEIRA	Sopa	Caldo verde
	Prato	Massa de atum com queijo gratinado e salada mista
	Sobremesa	1 peça de fruta ou doce
6ª FEIRA	Sopa	Ervilhas
	Prato	Coxa de frango assada, arroz de ervilhas e brócolos cozidos
	Sobremesa	1 peça de fruta ou doce

NOTAS:

- O Menu Social é composto por sopa, pão, prato principal (carne ou peixe ou vegetariano) e uma sobremesa (doce ou fruta);
- As ementas publicadas no site dos SASIPC poderão sofrer alterações em qualquer momento, sem aviso prévio aos utilizadores das Cantinas SASIPC, por motivos de força maior ou operacionais;
- A ementa publicada é garantida até rutura de stock. Em caso de rutura de stock será sempre disponibilizada uma refeição de substituição.

*Picante disponível na linha *self*.