

| EMENTA - Almoço          |           |                                                                |
|--------------------------|-----------|----------------------------------------------------------------|
| 27 a 31 de julho de 2026 |           |                                                                |
| DIA                      | PRATO     |                                                                |
| 2ª FEIRA                 | Sopa      | Grelos                                                         |
|                          | Prato     | Rissóis de carne, arroz branco e salada mista                  |
|                          | Sobremesa | 1 peça de fruta ou doce                                        |
| 3ª FEIRA                 | Sopa      | Creme de couve-flor                                            |
|                          | Prato     | Hambúrguer de pescada assado, arroz de ervilhas e salada mista |
|                          | Sobremesa | 1 peça de fruta ou doce                                        |
| 4ª FEIRA                 | Sopa      | Encerrado                                                      |
|                          | Prato     |                                                                |
|                          | Sobremesa |                                                                |
| 5ª FEIRA                 | Sopa      | Encerrado                                                      |
|                          | Prato     |                                                                |
|                          | Sobremesa |                                                                |
| 6ª FEIRA                 | Sopa      | Encerrado                                                      |
|                          | Prato     |                                                                |
|                          | Sobremesa |                                                                |

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, nomeadamente: Carne: alheira, panado de frango, rissóis de carne e hambúrguer de porco ou de frango. Peixe: filetes de pescada panados, rissóis de peixe e atum. Vegetariano: preparação à base de leguminosas ou soja salteada;

\*Picante disponível na linha *self*.