EMENTA - Almoço

30 de novembro a 4 de dezembro de 2026

DIA	PRATO	
2ª FEIRA	Sopa	Feijão-verde
	Prato	Alheira assada, arroz de cenoura e salada mista
	Sobremesa	1 peça de fruta ou doce
3ª FEIRA	Sopa	Feriado
	Prato	
	Sobremesa	
4ª FEIRA	Sopa	Juliana
	Prato	Entrecosto de porco assado, massa de feijão-vermelho e salada mista
	Sobremesa	1 peça de fruta ou doce
5ª FEIRA	Sopa	Creme de abóbora
	Prato	Massada de salmão com queijo gratinado e salada mista
	Sobremesa	1 peça de fruta ou doce
6ª FEIRA	Sopa	Alho-francês
	Prato	*Strogonoff* de frango (natas e cogumelos), arroz branco e salada mista
	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 SAS UPCoimbra poderão sofrer alterações em qualquer momento, sem aviso prévio aos utilizadores das Cantinas SAS UPCoimbra, 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*.