



VHITA FIT
HEALTHY FOOD - COFFEE LOUNGE

EMENTA SEMANAL



TAKE-AWAY

mediante reserva



ENTREGAS



encomenda 24h
antes e beneficia de
10% desconto

SEGUNDA 21/09

CREME DE CENOURA

CARNE DE PORCO À
PORTUGUESA COM BATATA
NO FORNO

EMPADÃO DE ATUM COM
BATATA DOCE

FRITATTA DE QUEIJO FETA
COM BATATINHA

TERÇA 22/09

SOPA JULIANA

PEITO DE PERU ESTUFADO COM
CENOURA E COURGETTE E
ESPARGUETE INTEGRAL

FETTUCCINE DE SALMÃO
FUMADO E RÚCULA

BOLONHESA DE LENTILHAS E
COGUMELOS

QUARTA 23/09

SOPA DE FEIJÃO VERDE

BIFINHOS DE PORCO
ENROLADOS COM MOLHO DE
TOMATE E ARROZ BASMATI

LASANHA DE BACALHAU E
ESPINAFRES

FETTUCCINE DE COGUMELOS,
BRÓCOLOS E NOZES

QUINTA 24/09

SOPA DE AGRIÃO

PEITO DE FRANGO
GRATINADO COM TOMATE E
QUEIJO E BATATA ASSADA

PERCA NO FORNO COM
BATATA ASSADA

SALTEADO DE LEGUMES COM
COUSCOUS

SEXTA 25/09

CREME DE LEGUMES



ROLO DE CARNE MARINHOA
COM BATATA DOCE NO FORNO

CRUMBLE DE PEIXE COM ALHO
FRANCÊS

CARIL DE GRÃO DE BICO E
ESPINAFRE COM ARROZ
BASMATI



GERAL@VHITAFIT.PT



916 151 320



R. DOM JOÃO III 59, 3030-324 COIMBRA (HOLMES PLACE)