

APOLÓNIA
TAKE AWAY
Cozinha do chefe

3 - 16 MARÇO
MARCH 3 - 16

2ª SEGUNDA MONDAY

<i>Pratos Dishes</i>	PVP/100g	PVP/Kg
Caçarola de tofu	2,29 €	22,90 €
Tofu casserole		
Bife estufado	1,65 €	16,50 €
Beef stew		
Lombo de porco c/ ameixas secas	2,55 €	25,50 €
Pork loin w/ prunes		
Salmão no forno	2,19 €	21,90 €
Salmon in the oven		

Acompanhamentos Side orders

Arroz branco	0,69 €	6,90 €
White rice		
Batata corada	0,89 €	8,90 €
Potatoes w/ paprika		
Legumes mistos	0,89 €	8,90 €
Mixed vegetables		

3ª TERÇA TUESDAY

<i>Pratos Dishes</i>	PVP/100g	PVP/Kg
Lasanha de abóbora e espinafres	1,89 €	18,90 €
Pumpkin & spinach lasagna		
Bife de peru c/ cogumelos	2,09 €	20,90 €
Turkey breast w/ mushrooms		
Carne de novilho assada	2,19 €	21,90 €
Roast beef		
Bacalhau c/ natas	2,49 €	24,90 €
Cod w/ cream		

Acompanhamentos Side orders

Arroz colorido	0,69 €	6,90 €
Colourful rice		
Batata cozida salteada	0,79 €	7,90 €
Sautéed boiled potatoes		
Legumes salteados	0,95 €	9,50 €
Sautéed vegetables		

4ª QUARTA WEDNESDAY

<i>Pratos Dishes</i>	PVP/100g	PVP/Kg
Chili de soja	1,49 €	14,90 €
Chili w/ soy		
Lasanha bolonhesa	2,29 €	22,90 €
Lasagna bolognese		
Carne à portuguesa	1,89 €	18,90 €
Portuguese style pork		
Filete de robalo c/ azeite e manjeriço	3,59 €	35,90 €
Fillet of sea bass w/ basil olive oil		

Acompanhamentos Side orders

Arroz branco	0,69 €	6,90 €
White rice		
Batata assada no forno	0,89 €	8,90 €
Potatoes in the oven		
Legumes gratinados	0,89 €	8,90 €
Vegetable gratin		

5ª QUINTA THURSDAY

<i>Pratos Dishes</i>	PVP/100g	PVP/Kg
Caril de batata doce e legumes	1,35 €	13,50 €
Sweet potato and vegetable curry		
Perna de frango provençal	1,49 €	14,90 €
Provençal chicken legs		
Migas c/ entrecosto	1,59 €	15,90 €
"Migas" w/ pork spare ribs		
Raia de coentrada	2,69 €	26,90 €
Ray w/ coriander		

Acompanhamentos Side orders

Arroz de pimentos	0,69 €	6,90 €
Pepper rice		
Batata cozida salteada	0,79 €	7,90 €
Sautéed boiled potatoes		
Feijão verde cozido	1,09 €	10,90 €
Boiled green beans		
Cenoura cozida	0,59 €	5,90 €
Boiled carrot		

6ª SEXTA FRIDAY

<i>Pratos Dishes</i>	PVP/100g	PVP/Kg
Chili de soja	1,49 €	14,90 €
Chili w/ soy		
Feijoada de frango	1,39 €	13,90 €
Chicken bean stew		
Costeleta de porco assada no forno	1,39 €	13,90 €
Pork chop in the oven		
Filete de solha c/ molho de manteiga e tomate seco	2,99 €	29,90 €
Fillet of plaice w/ butter and sun-dried tomato sauce		

Acompanhamentos Side orders

Arroz branco	0,69 €	6,90 €
White rice		
Batata corada	0,89 €	8,90 €
Potatoes w/ paprika		
Estufado de legumes	0,89 €	8,90 €
Vegetable stew		

SÁBADO SATURDAY

<i>Pratos Dishes</i>	PVP/100g	PVP/Kg
Lasanha de abóbora e espinafres	1,89 €	18,90 €
Pumpkin & spinach lasagna		
Perna de peru c/ mel e laranja	2,79 €	27,90 €
Turkey leg w/ honey & orange		
Lombo de porco c/ ananás	2,49 €	24,90 €
Pork loin w/ pineapple		
Bacalhau de cebolada no forno	2,89 €	28,90 €
Baked cod and onions		

Acompanhamentos Side orders

Arroz branco	0,69 €	6,90 €
White rice		
Batata assada no forno	0,89 €	8,90 €
Potatoes in the oven		
Legumes salteados	0,95 €	9,50 €
Sautéed vegetables		

DOMINGO SUNDAY

<i>Pratos Dishes</i>	PVP/100g	PVP/Kg
Seitan c/ especiarias	2,29 €	22,90 €
Seitan w/ spices		
Coelho à chef	1,89 €	18,90 €
Chef's rabbit		
Jardineira de borrego	2,29 €	22,90 €
Lamb "jardineira"		
Pescada gratinada	1,85 €	18,50 €
Hake gratin		

Acompanhamentos Side orders

Arroz de cenoura	0,69 €	6,90 €
Carrot rice		
Batata cozida salteada	0,79 €	7,90 €
Sautéed boiled potatoes		
Legumes mistos	0,89 €	8,90 €
Mixed vegetables		

TODOS OS DIAS EVERYDAY

Pratos / Salgados

Dishes / Savouries PVP/UN

1 Frango grelhado 1 Grilled chicken	8,90 €
1/2 Frango grelhado 1/2 Grilled chicken	4,50 €

	PVP/100g	PVP/Kg
Quiche de frango com massa folhada* Chicken quiche with puff pastry*	1,79 €	17,90 €
Quiche de legumes com massa folhada* Vegetable quiche with puff pastry*	1,39 €	13,90 €

Pizzas

	PVP/UN
Capricciosa	9,95 €
Regina	9,95 €
3 Queijos 3 Cheese	9,95 €

Sobremesas

	PVP/UN
Baba de camelo	1,75 €
Doce d' avó	1,75 €

Salgados variados Assorted Savouries
Salgados vegetarianos Vegetarian savouries
Panados: Frango Peru Porco Breaded savouries: Chicken Turkey Pork
Empanadas / Empanadilhas Pasties
Filetes de peixe panados Breaded fish fillets
Sopa do dia Soup of the day
Batatas fritas Chips
Saladas Salads

	PVP/UN
Marguerita	8,95 €
Salame Salami	9,95 €
Mediterrânea Mediterranean	9,95 €

	PVP/UN
Mousse de chocolate Chocolate mousse	1,75 €

* Apenas por encomenda. Encomenda mínima de 1 un. Conforme disponibilidade.
By order only. Minimum order of 1 un. or above. Subject to availability.

Encomenda mínima de 2 kg p/ pratos não incluídos no menu, com exceção do leitão assado cuja encomenda mínima é de 1 leitão com peso entre 5 a 6 kg.
Minimum order of 2 kg for dishes not included on the menu, with the exception of roast suckling pig, the minimum order of which is 1 suckling pig weighing 5 to 6 kg.

INFORMAÇÃO ALÉRGICA | ALLERGY INFORMATION

Os produtos preparados nas várias secções do Supermercado, podem conter vestígios de: Cereais que contêm Glúten, Crustáceos e Moluscos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite, Frutos de Casca Rija, Alho, Mostarda, Sésamo, Dióxido de Enxofre, Sulfitos e Trémosos.
Products prepared in the different sections of the supermarket may contain traces of: Cereals containing gluten, crustaceans and molluscs, eggs, fish, almonds, soy, milk, nuts, celery, mustard, sesame seeds, sulphur dioxide, sulphites and lupin beans.

Ementa válida de 3 a 16 de março - 2025, salvo natureza de stock ou erro tipográfico. Em caso de rutura de stock da matéria-prima, os pratos poderão ser alterados sem aviso prévio. Os preços apresentados incluem IVA à taxa legal em vigor.
Menu available from March 3 to 16 - 2025, subject to stock availability, except for typographical errors. If we do not have an ingredient in stock, the dishes may be changed without prior notice. Prices with VAT included.

Apolónia
O Verdadeiro Supermercado.

LAGOA (CARVOEIRO) T. 282 380 080

Chamada rede fixa nacional
Call to Portuguese land line

sugestoes@apolonia.com • **apolonia.com**

O horário do take away pode sofrer alterações.
Por favor, verifique em **apolonia.com**.

The take away operating hours may suffer changes.
For more information, please visit **apolonia.com**.



APOLÓNIA

TAKE AWAY

Cozinha do chefe

LOJA LAGOA
LAGOA STORE

3 - 16 MARÇO
MARCH 3 - 16

apolonia.com