

APOLÓNIA  
**TAKE AWAY**  
*Cozinha do chefe*

28 ABRIL - 11 MAIO  
**APRIL 28 - MAY 11**

**2ª SEGUNDA MONDAY**

<i>Pratos Dishes</i>	<b>PVP/100g</b>	PVP/Kg
Caçarola de tofu	<b>2,29 €</b>	22,90 €
<b>Tofu casserole</b>		
Strogonoff de peru	<b>1,69 €</b>	16,90 €
<b>Turkey Strogonoff</b>		
Lombo de porco assado	<b>2,29 €</b>	22,90 €
<b>Roasted pork loin</b>		
Salmão no forno	<b>2,19 €</b>	21,90 €
<b>Salmon in the oven</b>		

*Acompanhamentos Side orders*

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

**3ª TERÇA TUESDAY**

<i>Pratos Dishes</i>	<b>PVP/100g</b>	PVP/Kg
Lasanha de abóbora e espinafres	<b>1,89 €</b>	18,90 €
<b>Pumpkin &amp; spinach lasagna</b>		
Bife de peru c/ cogumelos	<b>2,09 €</b>	20,90 €
<b>Turkey breast w/ mushrooms</b>		
Bife estufado	<b>1,65 €</b>	16,50 €
<b>Beef stew</b>		
Lulas recheadas	<b>2,45 €</b>	24,50 €
<b>Stuffed squids</b>		

*Acompanhamentos Side orders*

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

**4ª QUARTA WEDNESDAY**

<i>Pratos Dishes</i>	<b>PVP/100g</b>	PVP/Kg
Chili de soja	<b>1,49 €</b>	14,90 €
<b>Chili w/ soy</b>		
Lasanha bolonhesa	<b>2,29 €</b>	22,90 €
<b>Lasagna bolognese</b>		
Perna de peru c/ mel e laranja	<b>2,79 €</b>	27,90 €
<b>Turkey leg w/ honey &amp; orange</b>		
Filete de dourada com legumes	<b>3,79 €</b>	37,90 €
<b>Fillet of sea bream with vegetables</b>		

*Acompanhamentos Side orders*

Arroz branco	<b>0,69 €</b>	6,90 €
<b>White rice</b>		
Batata assada no forno	<b>0,89 €</b>	8,90 €
<b>Potatoes in the oven</b>		
Legumes mistos	<b>0,89 €</b>	8,90 €
<b>Mixed vegetables</b>		

**5ª QUINTA THURSDAY**

<i>Pratos Dishes</i>	<b>PVP/100g</b>	PVP/Kg
Caril de batata doce e legumes	<b>1,35 €</b>	13,50 €
<b>Sweet potato and vegetable curry</b>		
Perna de frango caramelizada	<b>1,59 €</b>	15,90 €
<b>Caramelised chicken leg</b>		
Migas c/ entrecosto	<b>1,59 €</b>	15,90 €
<b>"Migas" w/ pork spare ribs</b>		
Perca cozida	<b>1,39 €</b>	13,90 €
<b>Boiled perch</b>		

*Acompanhamentos Side orders*

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

**6ª SEXTA FRIDAY**

<i>Pratos Dishes</i>	<b>PVP/100g</b>	PVP/Kg
Chili de soja	<b>1,49 €</b>	14,90 €
<b>Chili w/ soy</b>		
Feijoada de Frango	<b>1,39 €</b>	13,90 €
<b>Chicken bean stew</b>		
Costeleta de porco assada no forno	<b>1,39 €</b>	13,90 €
<b>Pork chop in the oven</b>		
Peixe galo c/ molho de manteiga e alcaparras	<b>3,95 €</b>	39,50 €
<b>John Dory w/ butter and caper sauce</b>		

*Acompanhamentos Side orders*

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

**SÁBADO SATURDAY**

<i>Pratos Dishes</i>	<b>PVP/100g</b>	PVP/Kg
Lasanha de abóbora e espinafres	<b>1,89 €</b>	18,90 €
<b>Pumpkin &amp; spinach lasagna</b>		
Guisado de grão c/ peru	<b>1,45 €</b>	14,50 €
<b>Chickpea stew w/ turkey</b>		
Lombo de porco c/ ananás	<b>2,49 €</b>	24,90 €
<b>Pork loin w/ pineapple</b>		
Bacalhau espiritual	<b>2,39 €</b>	23,90 €
<b>"Espiritual" cod</b>		

*Acompanhamentos Side orders*

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

**DOMINGO SUNDAY**

<i>Pratos Dishes</i>	<b>PVP/100g</b>	PVP/Kg
Seitan c/ especiarias	<b>2,29 €</b>	22,90 €
<b>Seitan w/ spices</b>		
Frango assado c/ especiarias	<b>1,49 €</b>	14,90 €
<b>Spiced roast chicken</b>		
Jardineira de borrego	<b>2,29 €</b>	22,90 €
<b>Lamb "jardineira"</b>		
Caril de pescada	<b>1,95 €</b>	19,50 €
<b>Hake curry</b>		

*Acompanhamentos Side orders*

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

## TODOS OS DIAS EVERYDAY

### Pratos / Salgados

#### Dishes / Savouries PVP/UN

1 Frango grelhado **8,90 €**

**1 Grilled chicken**

1/2 Frango grelhado **4,50 €**

**1/2 Grilled chicken**

**PVP/100g** PVP/Kg

Quiche de frango **1,79 €** 17,90 €

com massa folhada\*

**Chicken quiche**

**with puff pastry\***

Quiche de legumes

**1,39 €** 13,90 €

com massa folhada\*

**Vegetable quiche**

**with puff pastry\***

### Pizzas

**PVP/UN**

Capricciosa **9,95 €**

Regina **9,95 €**

3 Queijos **9,95 €**

**3 Cheese**

### Sobremesas

#### Desserts

**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 **9,95 €**

**Salami**

Mediterrânea **9,95 €**

**Mediterranean**

**PVP/UN**

Mousse de chocolate **1,75 €**

**Chocolate mousse**

\* 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 ALERGÉNICA | 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 Trémoços.  
**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 31 de março a 13 de abril - 2025, salvo rutura 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 31 to April 13 - 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**

**28 ABRIL - 11 MAIO  
APRIL 28 - MAY 11**

**apolonia.com**