

Ementa Refeitório Manuel Cargaleiro



Almoço
Ref. Normal

Segunda-feira 05/11/2018

Sopa: Juliana
Prato 1: Salada de Pescada, batata, cenoura, ervilhas, milho e ovo cozido
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 1562

Terça-feira 06/11/2018

Sopa: Feijão-verde
Prato 1: Perna de Porco assada/estufada c/ Esparguete
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 1004

Quarta-feira 07/11/2018

Sopa: Lavrador
Prato 1: Abrótea gratinada c/macedónia de legumes e arroz de cenoura
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min.3 variedades)/Fruta assada
Kcal: 1327

Quinta-feira 08/11/2018

Sopa: Alho Francês
Prato 1: Perna de Frango Assado com massa espiral
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 607

Sexta-feira 09/11/2018

Sopa: Nabiças com feijão frade
Prato 1: Ovos Mexidos com Cogumelos e Arroz branco
Outros:
Sobremesa: Fruta da Época 3 variedades / Pudim Flan
Kcal: 642