

Ementa Refeitório Manuel Cargaleiro



Almoço
Ref. Normal

Segunda-feira 13/11/2017

Sopa: Primavera
Prato 1: Febras de porco grelhadas/gratinadas c/estufado de ervilhas,cenoura e massa fusilli
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 565

Terça-feira 14/11/2017

Sopa: Abóbora com Massinha
Prato 1: Red - Fish estufado c/ batata cozida
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 442

Quarta-feira 15/11/2017

Sopa: Creme Alho Francês c/cenoura e courgette
Prato 1: Perna de peru assada c/arroz de legumes(milho e brócolos)
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 1360

Quinta-feira 16/11/2017

Sopa: Grão com feijão verde
Prato 1: Pescada no Forno c/salada russa (batata,ervilha,feijão verde e cenoura)
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min.3 variedades)/Fruta cozida
Kcal: 359

Sexta-feira 17/11/2017

Sopa: Saloia
Prato 1: Arroz de carnes mistas (vaca e porco)
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades) / Gelatina com fruta
Kcal: 821