

Ementa Refeitório Manuel Cargaleiro



Almoço
Ref. Normal

Segunda-feira 16/04/2018

Sopa: Couve Branca com cenoura ripada

Prato 1: Esparguete à Bolonesa

Outros:

Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)

Kcal: 817

Terça-feira 17/04/2018

Sopa: Feijão vermelho c/ hortaliça

Prato 1: Abrótea no forno com batata e brócolos cozidos

Outros:

Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)/gelado

Kcal: 562

Quarta-feira 18/04/2018

Sopa: Creme de Abóbora com espinafres

Prato 1: Perna de Frango Assado com massa espiral

Outros:

Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)

Kcal: 1302

Quinta-feira 19/04/2018

Sopa: Caldo-verde

Prato 1: Tortilha de Peixe (pescada, pimento e tomate)

Outros:

Sobremesa: Fruta da época (min.3 variedades)/Fruta cozida

Kcal: 543

Sexta-feira 20/04/2018

Sopa: Sopa da horta

Prato 1: Perna de Porco Estufada c/ervilhas, cenoura e batata

Outros:

Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)

Kcal: 1469