

Ementa Refeitório Manuel Cargaleiro



Almoço
Ref. Normal

Segunda-feira 16/10/2017

Sopa: Couve branca
Prato 1: Febras de Porco grelhadas c/estufado de cogumelos e arroz de milho
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 1129

Terça-feira 17/10/2017

Sopa: Creme de Ervilhas e Cenoura
Prato 1: Bacalhau gratinado c/batata assada/cozida e feijão-verde cozido
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades) Arroz Doce
Kcal: 1184

Quarta-feira 18/10/2017

Sopa: Alho Francês com Courgete
Prato 1: Frango corado c/óregãos e arroz de cenoura
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 1300

Quinta-feira 19/10/2017

Sopa: Espinafres com cenoura
Prato 1: Tintureira estufada c/massa de cotovelinhos e ervas aromáticas
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min.3 variedades)/Fruta cozida
Kcal: 555

Sexta-feira 20/10/2017

Sopa: Agrião
Prato 1: Rancho (carne de porco e Vaca)
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)