

Ementa Refeitório Manuel Cargaleiro



Almoço
Ref. Normal

Segunda-feira 11/03/2019

Sopa: Couve lombarda
Prato 1: Pescada no Forno c/salada russa
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min.3 variedades)/Fruta assada
Kcal: 426

Terça-feira 12/03/2019

Sopa: Creme de Legumes
Prato 1: Frango Assado c/ Arroz de cenoura
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 1260

Quarta-feira 13/03/2019

Sopa: Feijão branco c/espinafres
Prato 1: Palmeta c/sumo de limão e ervas aromáticas e batata cozida
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 842

Quinta-feira 14/03/2019

Sopa: Primavera
Prato 1: Febras de porco grelhadas/estufadas c/ massa fusili
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 402

Sábado 16/03/2019

Sopa: Caldo-verde
Prato 1: Meia desfeita de bacalhau fresco
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades) / Gelatina
Kcal: 353