

Ementa Refeitório Manuel Cargaleiro



Almoço
Ref. Normal

Segunda-feira 01/04/2019

Sopa: Abóbora com Massinha
Prato 1: Rolo de Carne no forno c/ oregãos e esparguete
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 534

Terça-feira 02/04/2019

Sopa: Grão c/ cenoura e nabo
Prato 1: Red-fish estufado c/ cenoura, feijão verde e batata cozida
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 690

Quarta-feira 03/04/2019

Sopa: Grelos
Prato 1: Perna de frango assada c/ alecrim, arroz de ervilhas e milho
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta assada
Kcal: 502

Quinta-feira 04/04/2019

Sopa: Creme de brócolos c/ feijão branco
Prato 1: Massa gratinada de peixe c/cogumelos e cenoura
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 591

Sexta-feira 05/04/2019

Sopa: Caldo-verde
Prato 1: Arroz misto de carnes c/ açafraão
Outros:
Sobremesa: Fruta da Época (3 variedades)/Pudim
Kcal: 460