

Ementa Refeitório Manuel Cargaleiro



Almoço
Ref. Normal

Segunda-feira 18/03/2019

Sopa: Alho Francês com cenoura
Prato 1: Hamburguer de aves c/arroz de cenoura e ervilhas
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 584

Terça-feira 19/03/2019

Sopa: Portuguesa
Prato 1: Abrótea Gratinada c/ batata, cenoura e feijão verde
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min.3 variedades)/Fruta cozida
Kcal: 1246

Quarta-feira 20/03/2019

Sopa: Juliana
Prato 1: Strogonoff de vitela com arroz branco
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 1298

Quinta-feira 21/03/2019

Sopa: Horta
Prato 1: Massinha de peixe c/ coentros
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)/gelado
Kcal: 554

Sexta-feira 22/03/2019

Sopa: Feijão-verde
Prato 1: Feijoada à transmontana com arroz branco
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 1521