

Ementa Refeitório Manuel Cargaleiro



Almoço
Ref. Normal

Segunda-feira 25/03/2019

Sopa: Creme de Legumes
Prato 1: Rissóis de pescada c/arroz de couve lombarda
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 1330

Terça-feira 26/03/2019

Sopa: Feijão branco c/espinafres
Prato 1: Carne de Porco Estufada c/ macarronete e jardineira de legumes
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 916

Quarta-feira 27/03/2019

Sopa: Alho Francês com cenoura
Prato 1: Pescada cozida c/batata, feijão verde e cenoura cozidos
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min.3 variedades)/Fruta assada
Kcal: 496

Quinta-feira 28/03/2019

Sopa: Cenoura c/couve ripada
Prato 1: Perna de peru assada c/laranja e esparguete
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 448

Sexta-feira 29/03/2019

Sopa: Saloia
Prato 1: Arroz de Atum
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades) / Gelatina
Kcal: 1016