

Ementa Refeitório Manuel Cargaleiro



Almoço
Ref. Normal

Segunda-feira 27/05/2019

Sopa: Alho Francês com cenoura
Prato 1: Ovos mexidos c/cogumelos e arroz de cenoura
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 531

Terça-feira 28/05/2019

Sopa: Creme de Ervilhas e Cenoura
Prato 1: Paloco espiritual (puré de batata e cenoura ralada)
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 1038

Quarta-feira 29/05/2019

Sopa: Couve branca
Prato 1: Frango guisado c/ espargute, cenoura e ervilhas
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 1291

Quinta-feira 30/05/2019

Sopa: Feijão branco c/espinafres
Prato 1: Solha no forno c/molho de limão e ervas aromáticas e salada russa
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min.3 variedades)/Fruta cozida
Kcal: 790

Sexta-feira 31/05/2019

Sopa: Grelos
Prato 1: Chili com arroz branco
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)/gelado
Kcal: 818