

Ementa Refeitório Manuel Cargaleiro



Almoço
Ref. Normal

Terça-feira 11/06/2019

Sopa: Creme de Legumes
Prato 1: Massa Espiral de atum c/ervilhas, cenoura e milho
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 1189

Quarta-feira 12/06/2019

Sopa: Abóbora com Feijão Verde
Prato 1: Bifinhos de porco de cebolada c/arroz branco
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 516

Quinta-feira 13/06/2019

Sopa: Feijão c/ couve
Prato 1: Salada camponesa de legumes c/pescada cozida e ovo às rodelas
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min.3 variedades)/Fruta cozida
Kcal: 466

Sexta-feira 14/06/2019

Sopa: Caldo-verde
Prato 1: Carne à lavrador c/feijão,lombarda,cenoura e macarronete
Outros:
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)
Kcal: 561