

Ementa do Refeitório

R21

Semana – 11 fevereiro a 15 fevereiro de 2019

Segunda-Feira (11-02-19)

Sopa: Brócolos

Prato: Jardineira de novilho (batata,ervilha,cenoura) + salada de alface, pepino e rúcula

Prato Veg: *Mistura de vegetais estufados (cen.,ervil.,feij.verde,couve-flor e aipo) c/ massa fusilli + salada*

Sobremesa: Fruta da época



Terça-Feira (12-02-19)

Sopa: Lentilhas

Prato: Lulinhas estufadas c/ molho de tomate e massa espiral + salada de alface, agrião e beterraba

Prato Veg: *Favas estufadas c/ batata cozida + salada*

Sobremesa: Fruta da época



Quarta-Feira (13-02-19)

Sopa: Creme de legumes

Prato: Arroz de peru c/ chouriço + salada de alface, tomate e milho

Prato Veg: *Estufado de cogumelos c/ massa espiral e jardineira de legumes + salada*

Sobremesa: Fruta da época



Quinta-Feira (14-02-19)

Sopa: Feijão verde

Prato: Filetes de pescada c/ puré de batata + salada de alface, tomate e pepino

Prato Veg: *Lentilhas estufadas c/ salada russa (batata, ervilha, feijão verde e cenoura) + salada*

Sobremesa: Fruta da época



Sexta-Feira (15-02-19)

Sopa: Nabiça

Prato: Carne de porco (fatiada) estufada c/ legumes e arroz de espinafres/coentros + salada de alface, cen., couve roxa

Prato Veg: *Arroz de açafraão c/ ervilhas, rebentos de soja e cogumelos + salada*

Sobremesa: Fruta da época



* A ementa pode ser sujeita a alterações



Data

04 de fevereiro 2019