

Ementa do Refeitório

R17

Semana – 14 janeiro a 18 janeiro de 2019

Segunda-Feira (14-01-19)

Sopa: Espinafres

Prato: Carne de vaca estufada c/ legumes e esparguete + salada de alface, cenoura e milho

Prato Veg: Arroz de cogumelos c/ ervilhas e cenoura + salada

Sobremesa: Fruta da época



Terça-Feira (15-01-19)

Sopa: Lentilhas

Prato: Salmão c/ batata doce e brócolos + salada de alface, tomate e pepino

Prato Veg: Salada de batata c/ grão-de-bico, couve lombarda e cenoura + salada

Sobremesa: Fruta da época



Quarta-Feira (16-01-19)

Sopa: Couve lombarda

Prato: Arroz à valenciana (frango, porco, ervilhas) + salada de alface, tomate e beterraba

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

Sobremesa: Fruta da época



Quinta-Feira (17-01-19)

Sopa: Creme de legumes

Prato: Choco c/ cogumelos e massa espiral + salada de alface, pepino e milho

Prato Veg: Lentilhas estufadas c/ cenoura, feijão verde e alho francês + salada

Sobremesa: Fruta da época



Sexta-Feira (18-01-19)

Sopa: Feijão verde

Prato: Costeletas no forno c/ puré de cenoura + salada de alface, couve roxa e rúcula

Prato Veg: Salada de feijão frade, batata, cenoura aos cubos e brócolos + salada

Sobremesa: Fruta da época



* A ementa pode ser sujeita a alterações

Responsável SASE

O subdiretor

Carlos Sousa



Data

08 de janeiro 2019