

# Ementa do Refeitório

R32

Semana – 13 maio a 17 maio de 2019

## Segunda-Feira (13-05-19)

**Sopa:** Couve Branca C/ Coentros

**Prato:** Jardineira de Novilho (Batata, ervilhas e Cenouras) Salada de Alface, Agrião e Pepino

**Prato Veg:** *Hambúrguer de Aveia e Lentilhas com Massa Espiral, Legumes Salteados e Salada*

**Sobremesa:** Fruta da época



## Terça-Feira (14-05-19)

**Sopa:** Hortaliça

**Prato:** Choco estufado C/ Cogumelos, Macarronete, Salada de Alface, Milho e Couve Roxa

**Prato Veg:** *Estufado de Ervilhas com Legumes (Alho Francês, Couve Flôr, Curgete) batata Corada e Salada*

**Sobremesa:** Fruta da época



## Quarta-Feira (15-05-19)

**Sopa:** Creme de Espinafres

**Prato:** Arroz de Aves C/ Chouriço, Salada de Alface, Tomate e Rúcula

**Prato Veg:** *Salteado de grão e Legumes com Arroz de Cenoura e Salada*

**Sobremesa:** Fruta da época



## Quinta-Feira (16-05-19)

**Sopa:** Macedónia de Legumes

**Prato:** Cação C/ Molho de Tomate, Puré de Cenoura e Brócolos, Saldada de Alface, Tomate e Beterraba

**Prato Veg:** *Soja em Molho de Tomate com Batata, Couve Flor Cozida e Salada*

**Sobremesa:** Fruta da época



## Sexta-Feira (17-05-19)

**Sopa:** Feijão Verde

**Prato:** Costeletas no Forno C/ Arroz de Grelos, Salada de Alface, Agrião e Tomate

**Prato Veg:** *Feijoada de Cogumelos com Arroz Branco e Salada*

**Sobremesa:** Fruta da época



\* A ementa pode ser sujeita a alterações

Responsável SASE

O subdiretor

Carlos Sousa

Quarteira

Data

07 de maio de 2019